



楠浦小学校  
第5学年 1組  
学級通信 第24号  
R7年 9月29日

## 勉強の仕方②「検索」

2学期から宿題に自学を出しています。4年生の時も取り組んでいたということで、しばらく様子を見ていきましたが、取り組む内容は様々です。友達の良いところを真似して、自分の自学のレベルをどんどん上げている友達もいます。

さて、今週も先週に引き続き「勉強の仕方」について紹介します。

### 生成AIに尋ねてみました！

みんな、今日教えるのは究極の奥義だ。その名も「検索（けんさく）」ゲームの言葉みたいだけど、先生はこれを「『脳の筋トレ』学習」と呼んでいる。

突然だけど、みんなに質問だ。「勉強する」って、どんなことだと思います？教科書やノートをただ読むのは、スポーツ選手がトレーニングの動画をぼーっと見ているのと同じ。それだけじゃ、絶対に筋肉はつかないよね？

じゃあ、どうすれば筋肉がつく？そう！ 実際に重いダンベルを持ち上げて、「うおー！」って力を入れることだ！

勉強も、これと全く同じなんだ。君の脳を、一つの筋肉だと考えてみてくれ。この「脳の筋肉」を鍛える、唯一の方法。それが、教科書やノートを閉じて、「えーっと、なんだっけ？」と、必死に思い出すこと！

この「思い出す」という行為こそが、脳にとっての「ダンベルを持ち上げる」作業なんだ。「うーん、思い出せない…苦しい！」と感じている時、君の脳の筋肉は、まさにムキムキに成長している最中なんだよ！ただ情報を頭に入れる（インプットする）だけではダメだ。頭の中から情報を取り出す（アウトプットする）練習。それが「『脳の筋トレ』学習」だ！



### 具体的に何をするの？

#### 【筋トレメニュー①】「自分だけのミニテスト」作成！

今日の学習範囲が終わったら、その中から「自分が先生だったら、どんなテストを出すかな？」と考えて、簡単な問題を1~3問作ってみよう。そして、何も見ずにその問題に答えてみよう。

#### 【筋トレメニュー②】「白紙に全部書き出す！」最強トレーニング

自主学習の最後に、まっさらな紙を用意する。そして、今日学習したことについて、思い出せる全てのことを、単語、図、矢印、なんでもいいから書き出してみよう！

#### 【一番大事な心構え】

トレーニング中、「うーん、思い出せない…！」となったら、それは失敗じゃない！ それこそ、君の脳の筋肉が一番成長している最高の瞬間だ！ 思い出せなかったところだけ、もう一度教科書で確認すればOK！