長洲町立長洲小学校　校長便り　No.２０

みんなの居場所

裏面の話題

みんなの居場所の裏面は、小学生にとって必要ではないかと思う問題、漢字、諺、慣用句等々を載せていきます。ご家族の団らんの話題にしてみてください。会話が広がります。

令和４年６月２７日(月)

２１日火曜日は夏至でした。昼間の時間が最も長い日ですが、当日は朝から土砂降りの雨で、昼間の時間を感じる余裕もありませんでした。夏目前ですが、これから梅雨末期にかけては、雨による災害が心配されるところです。

記憶に新しいところでは一昨年の７月、熊本でも豪雨災害が発生しました。私達も想定外に備えて物心共に準備しておく必要があります。

６月最終週となり、子供達にはもう夏休みが見えてきているようですが、夏休み前は学習において大切な時期ですし、気持ちを引き締めて復習して欲しいです。

～ 学力を伸ばすために ～ 是非実践したい生活習慣

教師になってしばらくは「子ども達が学校に楽しく通ってくれればいい。」とだけ考えていました。しかし３０歳を越えた頃からでしょうか、子ども達の生活習慣が学力向上に関係しているようだと感じ、「楽しく」だけではなく、規律を重んじる「生活習慣のコントロール」を意識するようになりました。生活習慣の管理や自己管理のできる子は学力が高いというデータがあるからです。そんな子ども達の生活習慣を紹介します。

①テレビやゲームは時間を決め、必ずそれを守る（メディア時間の合計は低学年で１時間、高学年は２時間が目安でしょうかねぇ…）、②朝型生活を送る（低学年は９時までに、高学年は１０時までに寝て、朝６時には起きる）、③朝食は毎日必ず食べる、④毎日、自主勉強する、⑤多くのジャンルの本を読む　　以上の５点です。

①について、逆の表現をするならば、「高学年で２時間以上メディア時間を取ると学習の時間が減り、学力は下がる」ということです。

②は「１０時までに寝る子は学力が高い傾向にある」ということです。早起きすることは脳や身体にも良いのです。

③は「毎日、朝食を食べる子は学力が高い傾向にある」ということです。食事を摂ることで内臓の動きを活発化し、脳への血流を促します。

④は「毎日、勉強する子は学力が高い傾向にある」ということです。この点については誤解されやすいので補足しますが、短時間でもいいから学習を継続することが大切なのです。「継続は力なり」なのです。

⑤は「本を読む子は学力が高くなる傾向にある」ということです。ちなみに読書量の少ない子の家庭は、保護者の読書量も少ないというデータもあります。１０分でもいいので、本を静かに家族全員で読むような時間が設定できたらいいですね。読書量と国語の学力は密接に関係しています。また、読書は国語力の源であると同時に、あらゆる学力の土台を作るといえるでしょう。

最後に二つ、これはすぐに団らんの話題にできますのでご紹介します。それは「勉強が大切だと思える子は、学力が高い傾向にある」ということです。勉強が大切だと思えない子は、自分を正当化するために「こんな勉強は社会に出てからは必要ない。」と理由を言います。（保護者の価値観が影響することが多いようです。）後ろ向きの姿勢の連鎖反応です。学習は大切だと思える子は、嫌なことでもそれを解決するために努力することができます。実際のところ、高等学校で学ぶ数学の微分積分などは、私の社会人生活の中では使うことはありませんでした。しかし、高校時代にそれを学ぶことによって、自分の目標や夢を実現することができたのですから、自分のために必要な学問だと言えるのです。生活習慣の大切さを理解し、私自身がその大切さを痛感しているところです。

シリーズ「自分を語る」#２０

小学校高学年から中学生にかけて、心身の成長や行動・交友範囲の広がりに伴い、多くのことに興味をもち始め、必然的に趣味が広がっていきました。当時、興味のあったものをざっと紹介します。音楽鑑賞、映画鑑賞、写真、模型、天文、野球、テニス…。挙げればきりがないのですが、どれも深くのめり込むことはありませんでした。というのも、お金や時間、場所、仲間が必要だったりするものが殆どで、中学生の私には全く手が出ないものもありました。音楽鑑賞は前の号でお話ししたとおりで、友達に頼ることが多かったですし、映画も一年に一本観られればいい方でした。また、天体望遠鏡なんて高くて買えず、もともと「写真に興味があって天体写真を撮りたい」イコール天体望遠鏡だったので、専門的に勉強しようと思ったわけでもありません。でも、興味をもつと色々と調べたくなるもので、その頃たくさんの星座や星雲、星団を覚えました。また、写真については家にあった力メラで写真を撮らせてもらい、友達の家にモノクロフィルムの現像設備があったので、そこで現像、焼き付けの仕方を教えてもらっていました。模型は小学校の頃から大好きで、特にプラモデルは作りましたね。当時から、色を塗っていたのですが、あの頃は絵の具にシンナーを混ぜて塗っていました。塗料が高かったからです。母がやっていた内職の道具にシンナーがあったので、それを拝借したのです。後でこっぴどく叱られることになるのですが…。テニスも友達がやっていたから始めたのですが、これもテニスコートが遠くにあったため、また、「ラケット買って！」とおねだりしても、毎回却下されていましたので…。今でも、どれも「浅く」ですがやっています。特にカメラは仕事でも役に立ちます。

中学１年の頃は、学校での生活はあまり楽しいと感じたことは無かったのですが、２年生に進級してから雰囲気はガラッと変わりました。小学校からずっと付き合いのある友達と同じクラスになったからです。この時のクラス替えのおかげで、私は中学校時代が一番楽しかったと感じています。いわゆる、親友、ができたと言える時期です。親友の一人に名古屋大学で教授として教鞭を振るう奴がいます。なかなか親友と呼べる友達は、そう簡単にはできません。私には奴を含め、二人しかいません。この二人にしか、当時の話し言葉で話すことができないからです。「二人」を多いととるか少ないととるかは、個人の捉え方次第ですが、私には掛け替えのないない大切な友達です。こういった繋がりを求めるのも、思春期ならではだと思いますね。こんな友達ができると、勉強のこと、恋愛のこと、家族のこと、将来のこと、色々なことを話すことができ、家族以外でも何となく安心できる場所となります。今でもこの仲間たちと飲みに行くときは、家族のこと、仕事のこと、話題も多岐に亘ります。たまにケンカもしますが、お金と正月は“こいつら”と飲むのがとても楽しみなイベントになっています。　　（つづく）

※　「みんなの居場所」に関するご意見ご感想をお寄せください。（「みんなの居場所」への掲載の　　可　・　不可　）