

未来へ(東中だより)

第11号 令和3年10月27日

吉野ヶ里町立東脊振中学校 校長 森田 直樹

学校教育目標 未来へ
「知性・感性・耐性」を
共に高める生徒の育成



TEL:0952-52-2529 Fax:52-8184

https://www.education.saga.jp/hp/higashisefuri-j/

実りの秋に～脳と学習～ 10月27日 全校集会の話から

全校集会で以下のような話をしました。(一部省略)

先日、東京大学薬学部教授の池谷裕二氏の話聞く機会がありました。大変面白い内容でしたので、すぐに本を買って読みました。その一部を紹介しながら、脳や学習について考えたいと思います。

知能について研究してIQを考案したアルフレッド・ビネーという科学者によると、知能を支えるのは3つの要素だそうです。それは、「論理性」(筋道立っていること)、「言語性」(言葉で表せること)、「熱意」(知ることに向かう力、やる気)です。「やる気」も知能の大きな要素、つまり学力なのですね。

池谷教授はそのことを裏付ける実験を行っていました。ネズミを使った迷路の実験です。ゴールのチョコレートに向けて放すと、ネズミは迷路を行ったり来たりしながらゴールにたどり着きます。1日に20回やっていると、平均的に10日目には最短ルートを常時取るようになったそうです。しかし、中には3日で学習するネズミもいます。

3日で学習するネズミと18日で学習するネズミのどこに違いがあるのでしょうか。調べてみると、初日にどれだけ失敗したかが大きな違いだったようです。「失敗は成功のもと」というわけです。しかも、ヒゲを積極的に使って感知しているネズミほど、学習が早いとのことでした。「熱意」とは「知ることを楽しむ力」と池谷教授は言っています。どうせやるならやる気を持って取り組んだ方が得ですね。

では、この「やる気」を自分に起こさせるにはどうしたらいいのでしょうか。脳科学では、やる気を出すには、脳の側坐核というところを活性化させればよいとのこと。こつは、「楽しいことを想像すること」です。もう1つのこつは、「姿勢・ポーズ・表情をやる気に満ちたものにする」ことです。心のあり方が体に影響を及ぼすことはよく言われますが、逆に「身体が感情の主導権を握る」ことも科学的に証明されています。朝眠たくて起きられない人は、布団やベッドからとりあえず転げだしてみてください。体が動き出せば眠気も引いていきます。

池谷教授に言わせると、「できる人はやる気だけではなく、システムに従う」そうです。システムとは決まった行動パターン(ルーティン)です。プロのスポーツ選手もそうですが、習慣化や自分のスケジュール管理が、学習やパフォーマンスを確かなものにするのです。

最後に、学習の効果を高めることに関して2つだけ述べます。

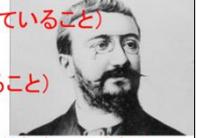
1つめは、「睡眠は大事」ということです。それは、脳の「海馬」というところから出るリップルという脳波が、記憶の定着に関わっているからです。このリップル脳波は、睡眠やリラックスによって出てきます。そして「海馬」に雑然と横たわる物事を大脳皮質に整理して保管してくれます。

2つめは、「効果的な学習方法」についてです。ただ本を読むだけ、ノートを見返すだけの学習は効果が少ないです。「脳は入力よりも出力を重視する」ということがわかっていますので、クイズ・テスト形式を取り入れて予習や復習をしてください。脳の中にある知識を引き出す訓練をした方が、学習の効果は3倍高いという実験結果があります。他の事柄と関連付けるとさらに効果的です。

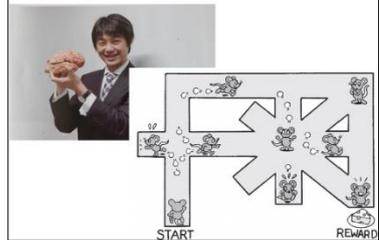
皆さんの実りの秋に向けた取組を、そして3年生の花開く春に向けた取組を応援しています。

知能を支える3要素

- ・論理性
(すじみち立っていること)
- ・言語性
(言葉で表せること)
- ・熱意
(知ることに向かう力、やる気)

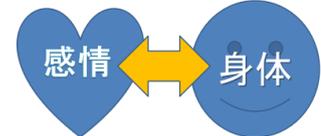


池谷裕二教授



やる気を起こす？

やる気 姿勢・ポーズ・表情

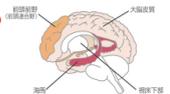


「できる人はシステムに従う」

- ・決まった行動パターン
- ・習慣
- ・自分の決めたスケジュール

効果的な学習

- ・睡眠は大事
リラックス⇒大脳皮質に整理
- ・学習は出力が大事
クイズやテスト形式で引き出す
他と関連付ける



合唱コンクールと文化発表会 ～心の距離を近づけて～

10月21日(木)に合唱コンクールを行いました。そして、その映像を23日(土)の文化発表会で視聴しました。

1年生は、普段の学級の様子に分るような、元気な歌声でした。2年生は、緊張感を漂わせながら、まじめな歌い方が印象的でした。3年生は、さすがに難しい曲に挑戦して美しいハーモニーに仕上げていました。結果は以下の通りです。

金賞 3-A 銀賞 3-B 銅賞 1-A
校歌賞 3-A 3-B 1-A
指揮者賞 3-B 向井文哉

文化発表会当日は、オープニングセレモニーのあと、吹奏楽部の演奏で始まりました。17人の演奏と思えないほど、力のある心つかまれる演奏でした。

1年生のステージ発表「ことだま」は、詩の群読と動きを合わせた新しい形のものでした。生徒の日常から生まれた詩に魂を込めた発表でした。

2年生の劇「Stranger ストレンジャー」は、難しい脚本に挑戦し、しかも主人公3人が長い台詞をよく覚えて演じており、驚きました。

3年生の劇「月光の夏～私たちの未来～」は、音響や映像と劇を融合させ、あの名作を下地に平和の尊さを訴える作品でした。多くの若者の犠牲の上に、今の私たちの生活があるということを考えさせられました。修学旅行で行くはずだった鹿児島県の知覧に、思いを巡らせました。



図書カードを頂きました！

福岡市水道サービス公社様から、今年も教育委員会を通じて、図書カードを頂きました。

「水源地域振興協力事業」として実施されている寄贈ですが、6万円分の図書カードが入っていました。早速、生徒会の図書広報部長に手渡し、図書の購入に役立ててもらおうことにしました。

図書広報部で行った「リクエスト図書募集」のキャンペーンをもとに、生徒希望の新しい図書を購入します。



<表彰>

- 神埼地区小中学校理科作品展 入選
1年 井上陽和 吉村彩芭 向井友梨奈
中島菜奈
- 2年 原 優佳 大園樹璃 安藤由芽
- 神埼地区中体連新人戦(10/9の分)
団体 優勝 女子卓球部
団体 2位 男子剣道部
女子剣道部
- ニッタク杯卓球大会
1年生の部 優勝 吉富愛歌
- 県カヌースプリント中学生新人大会
WK-1(300m)の部 2位 元石暖華



芸術鑑賞会 10月8日

文化発表会に先立って、芸術の秋にふさわしく、芸術鑑賞会を開催しました。「サロンオーケストラ」による演奏は、さすがプロと納得のものでした。「ロバの音楽座」の皆さんによるバグパイプなどの古い楽器による演奏も、めったに聴くことのできない、貴重なものでした。生徒は、「CD やYouTubeで聴くよりも、音の響きが全く違う」と、生演奏に驚いていました。



<今後の予定>

- 28日 フッ化物洗口
- 29日 1, 2年英検IBA
- 11月
- 1日 3年課題テスト
- 2日 3年課題テスト
3年進学説明会
- 4日 フッ化物洗口
- 8日 各部委員会