



TAKE OFF press

TAKEO Future Frontier

【校是】 質実剛健 報恩感謝

佐賀県立武雄高等学校

校長通信 NO.8 R5.07.15

文責 学校長 下村 昌弘

E-Mail shimomura-masahiro@education.saga.jp



学校 HP

作業ではなく思考を -この夏、思考をいかに習慣化するか-

先日、“キング・カズ”こと元日本代表FW三浦知良^{かずよし}さんが、今季に続き来季もポルトガル2部オリベイレンセでのプレーをするという報道がなされました。

三浦知良。サッカー選手として国内外からたくさんの受賞歴を持つ、国内最年長プロサッカー選手であると同時に、Jリーグ発足当時からプレーを続ける唯一の現役選手として今なお活躍中です。“カズダンス”は、今は昔。皆さんは知らないかもしれないけど。



三浦知良オフィシャルHP

その三浦さんが『こなす』に慣れる危険について語っていました。(日経新聞6月23日) 毎日継続していることこそ、流れ作業になりがち。体幹トレーニングであれば体幹のどの部位を意識し、負荷を感じつつやれるかが生命線。それが「早く終わらせたい」と気が緩むと、なんとなくこなして終えてしまう。この「こなす」に慣れるのが一番よくない。

三浦さんは、相手を置かないパス&コントロールの練習など、ひたすら同じことの繰り返しだけ「相手がいると想定してボールを止め・蹴る」のと「漫然とこなす」のとでは、同じ反復でも成果に大きな違いが出ると指摘しています。



作業になるな、思考せよ、です。

さて、往々にして、机についた“勉強”は受け身になりがちです。そして受け身は人を思考停止に陥らせます。よい学習者ほどマンネリ的な作業をマンネリで終わらせない意識を持つものです。

考えてみれば人生は単調な繰り返しに過ぎないものかもしれません。だからこそ、そこに意味を見出すことが人生の楽しみとも言えます。

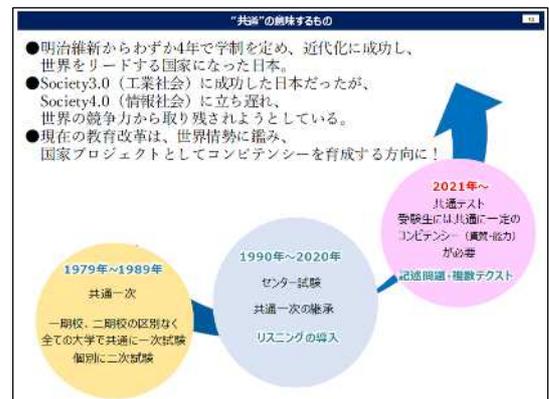
かつて私が受け持った生徒さんの中には、覚えることがたくさんある世界史の学習で、授業で使ったプリント類をそのまま綴じこむのではなく、切り抜き、自分なりにアレンジしてノートに貼っている人がいました。受け身を能動に代えるうまい例だと感心しました。ぜひ、この夏は能動的な姿勢、攻めの姿勢で勉強に取り組んでください！

共通テストはどういう力を測ろうとしているのか

何を隠そう、私は共通一次世代です。その前の世代は一期校、二期校といって、各大学が独立して入試をしていました。それでは面倒だということでしょうか、全ての大学で共通に一次試験をしてその後個別に2次試験をするというシステムに変わったのです。

つまり、当時の「共通」の主語は“大学”でした。大学が「共通」に一次試験をするということです。

ところで、現在の「共通テスト」はどうか。私はここでいう「共通」の主語は“受験生”だと考えていま



す。“受験生”にとって「共通」に必要な力を測る、つまり大学で学ぶ人にこれからの時代を生き抜く力を持ってほしい、そういうメッセージが込められていると思うのです。

その証拠に、それまでの共通一次・センター試験と大きく出題傾向が変わりました。

例えば日常的・現実的な課題を扱う傾向が強くなりました。国語では複数の文章を読ませる問題や契約書など実用的な文章が素材になっています。現実的な課題解決の場面では一つの情報だけを検討して結論を出すことはありませんから、これは理にかなった出題です。数学もバスケットボールの2つの軌道を比較する二次関数の問題が出題されました。

いずれにしても、こうした現実的な課題状況を扱う問題は類似問題を作るのが極めて困難です。ということは、受験生にとってはパターン練習という対策が取りにくいという現実があります。(だからと言ってセンター試験の過去問研究をしなくていいということではありません。その中にも考えさせるいい問題があります。)

さらに言えば、こうした新しいタイプの問題は自分が持っている知識や思考を総動員させなければ解けません。率直に言うところ“その場で何とかする力”が必要なのです。



ですから、皆さんが勉強するにあたっては“いかに思考するか”が大切です。理屈も分からずに「あ、この問題見たことある!」とか「とりあえず公式に当てはめちゃえ」みたいなパターン作業にとどまっていると初見の問題に太刀打ちできません。

武高生は骨太の人間にならなければなりません。小手先の技術でかわすのではなく、しっかりと考える力をこそ養ってほしいと思います。

習慣化を愉しむ - 2か月の辛抱だ! それで生き方が変わるなら! -

学習を習慣として定着させるのに今なお苦労している人が多いかもしれません。夏休みは自分時間が増えるので、自分を律する力を鍛える絶好の機会です。

習慣化には、①決意、②行動、③行動の繰り返し、④習慣の形成という4つのステージがあります。努力と思わず、それがルーティン化されるまでには、その人の性格や習慣化する内容によって違いがあるでしょうが、平均的に2か月かかると聞いたことがあります。

いずれにしても、それなりの時間や労力が必要です。それこそ修行僧の心境が必要です。

そこで習慣化に向けて2つのアドバイスをしましょう。

まず一つ目。「さぼりたい」とか「明日からやろう」という気持ちになりますよね、そういう気持ちにさせる要素・要因を予め洗い出し、そこに策を打つことです。



文科省作成ロゴ

皆さんの習慣化を阻む一番の要素は何でしょうか? スマホでしょうか。部活での疲労ということもあるかもしれません。睡眠不足、ストレス、、、。そういう「さぼる」要素・要因を客観視してピックアップするのです。そしてそこに策を

打つ。スマホのルールを家族で決める、友達と誓い合う、食事のバランスを考える、睡眠時間を固定する、、、等。

二つ目。習慣化には、毎日の安定した行動にくっつけるという手も有効です。例えば机についたらまず英作文の基本文型を5つ確認する、或いは英語や古典の文章を音読する等。

人はとかくあれこれ理屈をつけて自分の行動を正当化してしまいがちです。しかし、自分の行動と言葉が違っていると居心地の悪さを感じます。ぜひ頭の中で考えるだけでなく、具体的に言葉にしてみてください。

皆さんのこの夏の成長に期待します。

【当面の主な予定(7月後半)】

- 17日(月) 海の日
- 20日(木) 終業式
- 21日(金) 前期補習(31日まで)
- 22日(土) 3年個別第模試(23日まで)
- 29日(土) 全統マーク模試(30日まで)