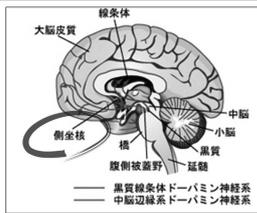




## 学習と「やる気」

校長 田宮 弘宣

「やる気」スイッチはどこにある？



先日の全校朝会はオンラインでしたが、ネットワークの不調で急遽中止にしました。準備していた話ができなかったもので、学校便りに載せることにします。一昨年、学校だよりに書いた話なので3年生は覚えているかもしれませんが、1・2年生にも是非話しておきたいことでした。

「『やる気』スイッチ、君のはどこにあるんだろう～♪」、そんな学習塾のCMがありました。

「『やる気』が起こらないから勉強を始められない。」皆さんは、そんな悩みを感じたことはありませんか。脳科学の研究は進んでいて、脳の中心にある側坐核（そくざかく）という部分が活性化すると「やる気」が出るということが分かっています。側坐核が「やる気スイッチ」というわけです。ただし、困ったことに、側坐核は行動を始めないと活性化しないのだそうです。つまり、始めないかぎり「やる気」は出ない。始める前に「やる気」がないのは当たり前なのだそうです。では、どうすればいいのか。脳科学の専門家によると、「やる気」ではなく、システムに従うのが一番いい方法だそうです。時間になったら、余計なことを考えず、机に向かって教科書などを開いて、なんとなくでもいいので勉強を始めること。始めれば「やる気」が出てくるのですから。一番いいのは、同じ時間に起き、同じ時間に勉強し、同じ時間に寝ることをルーティン（決まった手続き）化することだそうです。

「やる気」は行動の原因ではなく、行動の結果

~~みなさんの悩み~~  
「やる気」が起こらないから、勉強を始められない。  
↓  
行動しないと側坐核は刺激されない。  
＝始めないと「やる気」は起こらない。  
始めないと、いつまでたってもダラダラすることに…

また、覚えたら、思い出す訓練もすることが大事だそうです。出力することで、記憶は脳に定着するようです。一生懸命覚えたのに、テストの結果が思わしくないというときは、思い出すことにもう少し力を入れてみてはどうでしょうか。

「やる気」ではなく、システムに従う。

決めた時間になったら勉強を始める。始めれば「やる気」は出てくる。

優秀な学生ほど勉強する気分になることを待たない。  
時間になったら肅々(しゅくしゅく)と始めるのがポイント。

一番いいのは、同じ時間に起き、同じ時間に勉強し、同じ時間に寝ることをルーティン(決まった手続き)化すること。

最後にもう一つ。中学生くらいまでの脳は、大人より子供の言うことを聞くようにデザインされているそうです。教師や親としては少しショックですが、「一緒に勉強を頑張ろう」と言ってくれる友達の存在や学級の雰囲気は、自分も頑張ろうと思わせてくれるとても大切なことなのですね。

覚えたら、思い出す訓練を。

効果的に学習するには、入力よりも出力の方が大切。

テストでいい点がとれない人の中には、覚えることはしても、思い出すことをしてない場合が多い。

例えば、確認テストなどを自分でやる。  
大切な情報を大きな声で読むことも効果的。

3年生は、いよいよ卒業式まで1か月を切りました。その前に公立高校入試。最後のまとめ・準備に力を注ごう！

「やる気」を維持させてくれる友達

脳のデザイン(設計)は、人類が狩りの生活をしてきた時代から、基本的に変わっていない。

子供の脳は、狩りで外に出る親よりも兄弟姉妹、つまり大人ではなく子供の言うことを聞くようにデザインされている。

学校で言えば友達。「一緒に勉強を頑張ろう」と言ってくれる友達や学級の雰囲気は、「やる気」を維持させる。

日	曜	3月🌸主な行事予定
2	木	公立入試（国理英） クラスマッチ（1年）
3	金	公立入試（社数） クラスマッチ（2年）
7	火	学年朝会 クラスマッチ（3年）
8	水	1, 2年PTA PTA理事会・評議委員会 ★西SC来校
10	金	卒業式予行 同窓会入会式
13	月	卒業式準備
14	火	第41回卒業式
15	水	★西SC来校
21	火	春分の日
22	水	学級生徒会 生徒会代議員会・専門部会
23	木	キャプテン会
24	金	修了式・辞任式 ★西SC来校
27	月	新入生入学用品販売

## 令和5年度入学生説明会

1月18日（水）に令和5年度入学生説明会が行われました。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、2グループに分けて行いました。

校長先生のお話、生徒会が作成したビデオの視聴、中学校生活についての説明がありました。また、制服の採寸も行いました。大変寒い中ではありましたが、6年生のみなさんはしっかりとした態度で臨んでいました。

みなさんも、残り1か月余りとなった令和4年度を有意義に過ごし、次の学年への進級の準備をしっかりと行ってください。



## 職業人に学ぶ

1月31日（水）に1年間で進路学習の一環として「職業人（しごとびと）に学ぶ」講演会が行われました。8人の講師の先生をお招きしそれぞれ希望する講師の先生の話をお聞きしました。今回来ていただいた講師の先生方は、次の8名です。

- ・二階堂梨沙さん（水族館学習交流係）
- ・原田いずみさん（音楽療法士）
- ・森万由子さん（MBCアナウンサー）
- ・岩切史絵さん（焼菓子店 KuKushKa）
- ・柴田和希さん（城山観光ホテル「フレンチレストラン シェフ」）
- ・田畑沙織さん（南日本新聞記者）
- ・西田剛さん（元Jリーガー）
- ・青木智美さん（起業家「株式会社わくわく園」）



8人のどの講師の先生も、今の職業につくまでの道のりや、やりがい、働くことの喜び、中学校時代はどう考えて、どう生活したか、どんな苦労や悩みがあったかなど大変分かりやすくお話していただきました。是非、今後の進路選択に生かしてください。

## 令和4年度鹿児島学習定着度調査結果

「鹿児島学習定着度状況調査」の速報値（令和5年2月4日）が公表されていますので、お知らせいたします。全体的に、資料やデータを読み取る問題、書く力を問われる問題等に課題が見られました。今後は、授業の中でもそのような場面設定を行い、ICT機器を効果的に活用し、学習の振り返りをしっかり行えるよう改善します。

【1年生】通過率 県以上は○、県未満は△

	国語	社会	数学	理科	英語
県	70.4	68.4	70.9	63.2	75.6
本校	○	○	○	○	○

【2年生】通過率 県以上は○、県未満は△

	国語	社会	数学	理科	英語
県	70.9	54.9	72.6	62.4	67.8
本校	○	△	○	○	○