

< 目次 >

- 1 【教育振興】一流のスポーツ選手から学ぶ
 - 2 【教振は今】教ちゃん、振ちゃん見聞録
 - 3 【編集後記】あつしのひとりごと
-

1 【教育振興】一流のスポーツ選手から学ぶ

大リーグで活躍しているイチロー選手のバッターボックスに入る前の準備運動、そしてバッターボックスに入って最初に行うポーズは、いつも一緒です。多くのスポーツ選手が、「ルーティーン」と呼ばれるこの手の儀式をおこなっていますが、どうしてでしょう。

それは、行動をパターン化し、習慣づけることで、常に同じ精神状態を保ち、集中力を高める効果があるからです。そうであれば、なかなか家庭学習に集中できない子どもにも、そのきっかけづくりに応用できないでしょうか。

テレビやゲームの後、すぐには頭が勉強モードに切り替わりません。そこで、いきなり勉強を始めようとするのではなく、勉強を始める前の手順をパターン化し、習慣づけるのです。

例えば、(1)これから取り組む学習内容や目標を紙に書き、(2)それを目の前の壁に貼る。(3)貼り出した紙を見ながら、自己暗示の言葉をつぶやき「勉強するぞ」と声に出す・・・という儀式をおこなってから、毎日の家庭学習を始めるようにするのです。

元読売ジャイアンツの桑田真澄投手は、投げる前にボールに向かって何かをつぶやいていました。その行動と言葉によって、平常心を保ち、集中力を研ぎ澄ましているようでした。集中する儀式として、このような自分自身に言い聞かせ、自己暗示をかける言葉もお薦めです。

脳は、自分が使った言葉に応じて自分の心身の状態を変化させることがあります。「ぼくはできる」といった、短く単純な言葉を繰り返しつつぶやいて、勉強に集中するおまじないをします。

一流のスポーツ選手からは、学ぶことがたくさんあります。説得力があり、真似をしてみようという気持ちになります。スポーツのみならず、勉強の集中にも使えるね・・・と親子で話し合ってみるのもいいでしょう。

2 【 教振は今 】 教ちゃん、振ちゃん見聞録

(振ちゃん) ブックトーク！本日のゲストは、この方です。

(あつし) こんにちは。

(教ちゃん) さあ、皆さんは何のくくりでしょうか。

(あつし) わたしたちは、“絵本大好き芸人”です！

(振ちゃん) ということで、今日は、明後日から始まる「第65回読書週間」に合わせて、あつしさんに来ていただきました。

(あつし) そうですね。今回の読書週間も、県内各地の図書館等で、様々な読書の推進を図る楽しい企画がおこなわれることになっています。

★読書週間の企画一覧

⇒ http://www.manabi.pref.iwate.jp/kyoushin/dokusyo_gyoujittiran.pdf

(教ちゃん) 期間中は、是非、図書館に足を運んでもらいたいですね。

(振ちゃん) そういえば、あつしさんも、10月18日に岩泉町立小本小学校でブックトークをおこなってきたのですよね。

(あつし) はい。子どもたちと一緒に楽しい時間を過ごしてきました。それぞれ、国語の教材に合わせて低学年は「おはなしのせかい」、中学年は「食べ物のはなし」、高学年は「宮沢賢治の世界」という内容で本を紹介し、県立図書館と岩泉町立図書館から団体貸出をしていただいた本を置いてきました。宮沢賢治の童話は全部読んだという賢治大好きな6年生の女の子がいて、感心しました。

(教ちゃん)すごい。きっと、賢治の童話だけではなく、本が大好きなのね。

(あつし) 岩手県読書状況調査によると、岩手県の小学5年生は、1か月平均10冊の本を読んでいるという結果が出ています(2010年)。学校で取り組んでいる「朝読書」の効果は大きいですね。

(振ちゃん) 中学生や高校生には「いわての中高生のためのおすすめ図書100選」(通称:「いわ100」)が配られているので、この読書週間で「いわ100ウィーク」として取り組むのも楽しそうですね。

★「いわ100」のデータ

表紙⇒ http://www.manabi.pref.iwate.jp/kyoushin/iwa100_hyoushi.pdf

本文⇒ <http://www.manabi.pref.iwate.jp/kyoushin/iwa100.pdf>

(あつし) 岩泉町立図書館で職場体験をしている高校生が、ブックトークのお手伝いをしてくれたのだけど、その高校生の制服のポケットには「いわ100」が入っていましたよ。うれしいですね。

3【編集後記】あつしのひとりごと

その昔、親が春日八郎や藤山一郎などが出演する懐メロのテレビ番組を見ると、子どもだった私は自分の見たいテレビ番組を見ることができず、つまらなかった記憶があります。どうして、今、流行っているキャンディーズや西城秀樹、吉田拓郎、サザンオールスターズではなく、昔の歌手である若原一郎を見たいのかが不思議でした。

最近、風、岸田智史、さだまさしをよく聞いています。きっと、その頃の親の心境と同じなのでしょう。今、流行っている歌の歌詞(言葉)は心に沁み込んでこないのです。自分が中学生の頃に聞いていた歌の歌詞(言葉)は、やさしく美しい表現で、何とも心地よいのです。

メルマガ第53号で「言葉遣いの変化」を取り上げましたが、日本語の美しい表現を大切にしたい歌がこれからも作られていけばいいなと思うこの頃です。

★メルマガの感想や日頃思っていること、意見・要望をお寄せください。

⇒ 21kyoushin@gmail.com

⇒ 第56号は、11月8日(火)配信です。

★バックナンバー(第1～54号)はこちら。

⇒ http://www.manabi.pref.iwate.jp/kyoushin/indexk_bn.html

★全県共通課題(家庭学習と読書推進)の実践事例はこちら。

⇒ http://www.manabi.pref.iwate.jp/kyoushin/indexk_zj.html

★メルマガで紹介しました資料はこちら。

⇒ http://www.manabi.pref.iwate.jp/kyoushin/indexk_s.html

～～～配信元～～～

*岩手県教育委員会事務局 生涯学習文化課

*発行人：教育振興運動担当 佐藤敦士(さとう あつし)

転送はご自由です。どんどん転送してください。口コミは、あなたから始まります。「みんなでやろう!」という雰囲気をおあなたから作りだしてください。

～～～