

富士見市立本郷中学校だより

学校教育目標



よく考え、学び、求める生徒
 豊かな心を持ち、思いやりのある生徒
 心身を鍛え、勤労と体験を重んじる生徒

「夢と感動と思いやりがあふれ、誰もが成長を実感できる学校」 第6号

『ホイホイ勉強術』

校長 上堀 護



吉田廣子様が生けてくださる花で豊かな心が養われます。

10月1日、台風接近による悪天候のため体育祭を中止にしました。その後の日程は諸行事のため実施不可能と判断し、延期でなく中止とした次第です。しかし、感染予防策を講じながらクラスで準備や練習を重ねた生徒のために、8日午後、大縄跳びとクラス旗コンテストを実施しました。冒頭「何度でも、何度でも、あきらめず心を一つに」と語りかけました。生徒の真剣なまなざしと笑顔が校庭いっぱいに広がりました。

さて、秋も深まり、スポーツや読書に絶好の季節となりました。特に秋の夜長はじっくり学問に取り組むのには最適です。

『ホイホイ勉強術』という本を、私の高校時代に父が買ってきてくれたことがありました。千葉大学の多胡輝名誉教授の名著です。なかなかやる気スイッチの入らない私を心配してのことだったので、あまりの題名に馬鹿にされたような気になりました。しばらく放置していたのですが、ある日何気なく開いてみたら引き込まれ、一気に読み終えてしまいました。当時の心理学に基づいた効果的な勉強法の数々に「これは試してみようかな」と思わされてしまったのです。例えば、脳が働くピークは起床後2～3時間後だから昼寝をすると午前と午後の2回有効に使える、1週間で火曜日が最も勉強がはかどる、BGMはクラシックが良い、遅刻ギリギリだと点数が伸びない……などなど、どれも興味を引くものばかりでした。

その本がきっかけとなり、何事も飽きっぽかった私は、自分に適した勉強法を開発してみました。まずは、集中力を高めるためにタイマーや目覚まし時計を使いました。10分で始めて徐々に時間を延ばし、25分で5分休憩を2セットやると1時間があっという間に終わります。この方法は、漢字・英単語書き取りや計算などのドリル形式に効果的でした。一方、長文読解や文章題など論理的思考を要するものは、その1題を終えたら休憩と決めました。また、記憶力を高めるために、五感のうち三感（見て声を出しながら書く・聴く）を活用し、英単語はカセットテープに録音された287の短文で全部暗記しました（今でも10文くらいは暗唱できます）。これらの方法は、自分の受験だけでなく、家庭教師や塾講師のアルバイト、そして教職に就いてから生徒のために活用し、学力向上に役立てることができました。

「学問に王道なし」と言われますが、効果的な「やり方」は人それぞれ必ずあるのではないのでしょうか。私たち大人は学習「内容」に目が行きがちですが、泳ぎ方がわかれば勝手に泳ぐように、学習「方法」が身につけば子どもは自ら進んで勉強するようになるものです。本校ではタブレット端末も学習方法の一つとして活用しています。これから受験を迎える3年生のためだけでなく、1, 2年生も、自分に合った学習方法をぜひ身に付けてもらいたいものです。