



《校訓》 明朗 剛健 創造  
**太田中だより**

令和6年 2月29日発行 厚岸町立太田中学校 第12号

～めざす生徒像～

自ら考え、共に手をとり、ふるさとの未来をつくる太田の子

- ◆ 自分の考えをもち、自ら進んで学び、創意工夫する生徒 (知)
- ◆ 生命を尊重し、互いの存在を思いやり、協力して活動する生徒 (徳)
- ◆ 自己の心身の健康を保持増進し、体力の向上に努める生徒 (体)

～太田中学校ホームページへ～

日常の教育活動の様子をはじめ、学校情報が掲載されております。右のQRコードやインターネットで、「太田中学校ホームページ」などと検索してアクセスしてみてください。



「ながら勉強」していませんか？

校長 小林 香 織

早いもので2月もう終わりを迎え、今年度も残すところあと1ヶ月となりました。あと数日で3年生は人生の第一関門とも言える高校受験です。中学校3年間の集大成として、十分に実力を発揮してきてほしいと思います。

☆ ☆ ☆

さて「ながら勉強」という言葉を聞いたことあるでしょうか？「テレビを見ながら」「動画を見ながら」「ラジオを聞きながら」など、何かをしながら学習するスタイルです。この「ながら勉強」、実を言うと、脳にとっては最悪の環境なのです。

なぜなら「脳はマルチタスクが大の苦手。シングルタスクでこそ最大限のパフォーマンスを発揮する」からなのです。2つも3つものことを同時進行させるのは、脳は苦手です。例えば、「歩きスマホはやめましょう」といわれますが、これは道路を歩くために、自動車や周囲の障害物に注意を払わなければならないのに、スマホに夢中になってしまうと、誰かにぶつかったり、赤信号に突っ込んでいたり…という事故が起きます。それと「ながら勉強」をするということは同じです。集中しなければならないことよりも、脳は動画やテレビ、ラジオなどに集中してしまいます。特に動画やテレビを見ながら学習すると、視覚や聴覚が刺激され脳はどちらに集中して良いのか、混乱します。では、どのような環境が最も学習に適しているのでしょうか。脳は基本的に楽しいと思えるものに集中しがちです。学習をするときに、学習以上に楽しいことがあると、学習ではなくそちらに集中してしまうとすれば、学習するときには、学習以上に楽しいことを同時にしない方がよいこととなりますね。



学習をするときに最も適しているのは「無音」です。

学習中に音楽が流れてくれば、聞こえた音を調べる聴覚野が働き、それが歌詞の付いた歌だと歌詞の中にある言葉の意味を理解するためのウェルニッケ野も働きます。テレビや動画だと、目にしたものが何かを調べるために後頭葉もせっせと働くことでしょう。

この聴覚野やウェルニッケ野、後頭葉等は学習でも活発に使う脳の部位です。それを、学習以外のことで働かせてしまうと、当然のことながら学習の効率はガクンと落ちてしま



うこととなります。

もし、「私は動画を見ながらの方が学習に集中できる！」という人がいるとすれば、それは動画の音に注意が向かないように脳を働かせた結果です。学習に集中しながら、動画の音や映像に注意が向かないように脳を働かせる…当然、脳には余計な負荷がかかるので、長時間の集中は難しくなりますし、動画を流しているけれどそこに注意を向けないのであれば、「動画はなくてもよい」ということになりませんか？

どうしても「無音」では、学習に集中どころか眠くなってしまおうという人は、歌詞の入っていない聞き慣れたクラシック曲かインストゥルメンタルを静かに流しておくことをお勧めします。私の弟はよくラヴェルの「ボレロ」を流していました。ちょうど曲が盛り上がるところで、学習も盛り上がり始めて良いと言っていました。

☆ ☆ ☆

あと1ヶ月で令和5年度も終わりを迎えますが、明日からの3月はこの1年間の総まとめの時期です。生徒の皆さんは、この1年で自分は何ができるようになって、どんな力が身についたのかを確認してください。自分で自分の1年のチャレンジを客観的に評価することは、これからの人生にもものすごく役に立ちます。自分は何ができて、何ができないのか。0か1かというだけではなく、「少し頑張ればできそうなことは何か」を探ることで、次のチャレンジに繋がります。学習するということは、ある意味人生のチャレンジです。自分の人生を豊かにするための基盤になる力をより良い学習方法で身につけていきましょう。

3月 行事予定表

日	曜	学校行事等	下校バス
1	金		14:30
2	土	週休日	
3	日	週休日	
4	月		14:30
5	火	公立高校入試(学力) 1・2年生学力テスト	14:30
6	水	公立高校入試(面接) 分掌部会	14:30
7	木	委員会 運営委員会	14:30
8	金	職員会議 図書バス	14:30
9	土	週休日	
10	日	週休日	
11	月	ALT 三年生を送る会	15:30
12	火		14:30
13	水	ALT 研修	14:30
14	木	卒業式総練習 会場準備	14:30
15	金	卒業証書授与式	12:00
16	土	週休日	
17	日	週休日	
18	月	公立高校合格発表 小学校6年生1日登校 委員会	14:20
19	火		14:20
20	水	春分の日	
21	木	委員会	14:20
22	金	修了式 離任式 職員会議	11:20
23	土	学年末・学年始休業(～4月7日)	
24	日		
25	月		
26	火		
27	水		
28	木	PTA合同送別会 【3月1日付でご案内の文書を配付いたします。】	
29	金		
30	土		
31	日		

