



児童の学力向上を阻害する8の習慣

☆ 脳科学の研究成果 ☆

1 しじゅう気が散るのに勉強していると考える！

授業中や家庭学習中に、学習内容以外のことに気を取られていれば、脳は学習に専念できません。集中力を阻害するものはすべて思考の芽をつんでしまいます。

2 一度にたくさんことを学べると考えている！

脳は、筋肉のように鍛えることはできますが、一度にこなせる運動量は限られています。教材研究により児童の学習内容を精選(過剰学習に効果はない)する必要があります。一夜づけの学習方法には、効果を期待できません。

3 教科書をただ漠然と読んで勉強していると考える！

椅子に座って教材に目を光らせる。このような受動的に教材を読み直しても効果は期待できません。解法つきの問題をノートに書き写し、自力で問題を解く際に解き終わるまで決して解答をみないことが重要です。思考の過程で、解答をみしまうと、その問題が解けたように錯覚してしまいます。理由付けをしない解答には意味がありません。

4 グループ学習が雑談の場と考えている！

自力で考えた問題の解法について友人と一緒にチェックしあったりすれば、勉強が楽しくなるだけでなく、自分の考え方の弱点をつかむこともでき、友人の質問に答えることで、理由付けをして説明することにより深く学べるようになります。

5 解法手順に注意しないで、一度解いただけで勉強したと考える！

たった1回の練習では、ピアノを弾くことも体を鍛えることもできないのと同じように、問題解決の腕を磨くには、家庭で反復練習しなければなりません。

6 まとめやふりかえりを書き写すことだと考えている！

学習方法が適切であるかどうかは、ふりかえりが一つの目安となります。ふりかえりは、学習内容を長期記憶へとつなげていきます。ふりかえりは「思い出す」行為であり、自力で学びを文章にすることが大切です。これをしないと学んだことが脳内で記憶として残りません。家庭学習が重要です。

7 テストを自分の実力を図る尺度と考えている！

テストは「思い出す」行為のひとつで、作動記憶(学習内容を一時的に保管する)から長期記憶(学習内容が定着)へと学習内容を移行させます。

8 睡眠不足が学習効果に影響しないと考えている！

脳は睡眠中に学習したことをまとめあげています。寝不足は学習の妨げになっています。