

進路指導部だよ

第23号 平成22年 5月26日(水)

「若葉の季節」

学校長 松田美智子

新緑のまぶしい季節である。今年の春はなかなか気温が上がらず、木々も芽吹くのをためらっていたようだが、このところの気温の上昇でやっと伸び伸びと枝葉を伸ばし始めた。我が家の柿の木も小さな黄緑色の葉が出てきたと思ったら、数日後には見違えるほどの大きな葉に成長していて驚かされた。触れてみるとしっかりと柔らかく薄紙のようである。「若葉が伸びるのは、柔らかいからである。」と言った人がある。大きく硬くなった葉はそれ以上は伸びない。透き通るような柔らかい若葉だからこそ花が開くようにぐんぐん伸びるのである。人間の成長も若葉の成長も同じなのだと思得した。人間も若いうちに学べば理解が早い。柔軟な思考から新しい発想も生まれ、理解はさらに深まるだろう。人生において一番柔らかな時を生きている高校生たちとみずみずしい若葉とが重なって見えた。

新学期が始まり二ヶ月が過ぎようとしている今、新入生もすっかり真女生の顔になって、セーラー服姿が板についてきた。真女高は言うまでもなく進学校である。進路指導も大学進学が前提となる。一年生は一日も早く進路についての目標を定めること、それが三年後の進路第一希望実現への第一歩である。今年の新入生も三年後には驚くほど成長した姿を見せてくれるものと確信している。

進路指導部長より

岡田 幹弘

人間の脳の長期記憶の保存場所は「大脳皮質」である。脳は「必要」と判断した情報だけを保管する。その仕分け作業が行われるのが「海馬」という場所である。「海馬」は本当に必要不可欠と判定した情報しか認めない。「脳は覚えるよりも忘れることを得意としている。」と言われるのはこの理由からであろう。英単語が覚えられないと嘆く生徒は多いが、脳科学的に言えば簡単に覚えられなくても当然なのである。それでも情報を脳に送り、知識として定着させるにはどうしたらよいのかと言えば、ひたすら根気強く、何度も何度も誠意を込めて、「海馬」に情報を送り続けるしかない。「学習は繰り返してである。」とは、このことから来ているのだろう。

良い成績をおさめる人は、へこたれずに「海馬」に情報を送り続ける人であると言える。また学習した後は、その日6時間以上睡眠をとることが不可欠だと言われている。人間は眠りの中で必ず夢を見ている。この夢の中で過去の記憶の整理が行われている。睡眠が少なければ「海馬」は満足な形で情報を整理選択できないため、情報はすぐ捨てられてしまうのである。学習には「反復」、そして覚えたこと知識として定着させる「睡眠」も必要である。

三学年主任より

学習法は人により様々だ。某高校のサッカー部キャプテンは「一人授業」というスタイルで成功した。センターは学年トップ、卒業式は総代に選ばれた。某国立大学に現役合格した。一人で先生役と生徒役をするもので、誰もがこの学習法でうまくいくとは思えないが、一度やってみては？。

東大出身のある精神科医はじつとしていられないタイプで、部屋の中をぐるぐる歩き回りながら学習した。彼の主義は「形から入る」というものだ。学習意欲が湧かないときは、まず学習机に座って、教科書開いて、ノートを開いて、読み始める、書き始める。「肩の力を抜いて激しく学習する」。このフィーリングが妙を得て何ともいいのだそうだ。自分の気分はいったん置いて、まずやつてしまう。この感覚だ。

某教員は、ぶつぶつ言いながら書きまくって覚える、覚えたことを書きまくる。新聞広告の後ろや廃棄わら半紙を使う。手に汗がにじんできた本物だそうだ。夕食時に食べながら覚えたことを念仏のようにモゴモゴ言いまくれ。家の人が「おまえ大丈夫かい？どうしたの？」と言ったら、もうこっちのものだ。

学習法は人様々で、時間帯や場所も、朝型・夜型・学校型・自宅型・塾型と様々。トイレのドアに化学の元素記号一覧、部屋の天井にレベル5の単語・熟語一覧、机の正面には、センターまであと何日。机上には赤本教冊と蛍雪時代。

人生が勉強で、人間性が成績で決まるものではないのは当然であるが、それらをつくる土台となるものであることに間違いはない。自分の学習スタイルを作って卒業まで努力の日々を！