

# 至心

学校法人麻生学園  
東明館小学校学校だより  
第 1 1 9 号  
平成26年10月30日

校訓  
好 学 愛 知  
自 律 自 啓

## 「練習は本番のように，本番は練習のように」

教務部長 竹本浩樹

11月16日のとうめいかん祭に向け、各学年一丸となって練習に取り組んでいます。演劇の世界では、「練習は本番のように，本番は練習のように」とよく言われるそうです。

これは、「練習を練習だと思わず，本番と同じように緊張感をもって全力で取り組みなさい。逆に本番では，それまで懸命に積み重ねてきたのだから，自信をもってリラックスして取り組みなさい。」ということでしょう。演劇にも勉強にも通ずる格言です。

さて、「海馬（かいば）」をご存知でしょうか。脳の中にある記憶・認識をつかさどるところです。コンピューターに例えるなら，海馬はメモリ，大脳皮質がハードディスクにあたります。目や耳などの五感から刺激信号を受けて海馬が反応・判断し，記憶として大脳皮質に記録されるというシステムになっています。今回は，この脳科学と学習方法について考えてみたいと思います。

一般的に，「繰り返し練習すると覚える」とよく言われますが，その科学的根拠はあまり知られていません。そこで具体的に例を挙げてお話しします。

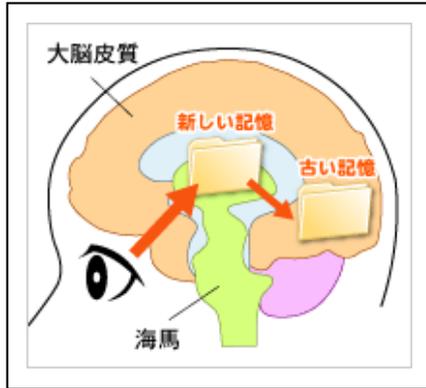
一般的に，「繰り返し練習すると覚える」とよく言われますが，その科学的根拠はあまり知られていません。そこで具体的に例を挙げてお話しします。

<登場人物>

海馬さん…倉庫(大脳皮質)へ品物(情報)を保管するかどうか判断する役人

Aさん…倉庫へ品物を保管して欲しいと願う一市民(面倒くさがりタイプ)

Bさん…倉庫へ品物を保管して欲しいと願う一市民(真面目で几帳面タイプ)



海馬さんはとても気難しくて忘れん坊で有名な役人でした。ある日，Aさんは海馬さんを訪ね，持ってきた品物を倉庫へ保管して欲しいと口頭でお願いしました。しかし，海馬さんはAさんの熱意が感じられず受け取りませんでした。次の日も，Aさんは海馬さんを訪ね，同じようにお願いをしましたが，やはり受け取ってもらえません。また次の日も，そのまた次の日もAさんは辛抱強くお願いに訪れました。そうして7度目の訪問のとき，海馬さんは「こんなに何度も何度もお願いに来るのだから，よほど重要なものなのでしょう。分かりました，ハンコを押しましょう。」と言って，ようやく受け取ってくれました。

一方，Bさんは初めて海馬さんを訪ねたとき，品物の説明を文書に丁寧にまとめ，特徴を強烈にアピールしました。すると，どうでしょう。気難しいはずの海馬さんが，何と一発で品物を受け取ってくれました。

この話のポイントは，回数とお願いの仕方です。通常，1回の試みではなかなか認められないので，何度も何度も繰り返すことが必要になります。ただし，Bさんのように最初の取り組みがしっかりとしたものならば，即時保存されることもあるのです。これが，海馬の特質です。

このことを勉強にあてはめてみてください。AさんとBさんのやり方をみると，反復学習は実に理にかなっていますし，集中力の必要性にも納得がいくと思います。目で見て，声に出して，書いてみて…というように，五感を使ってできる限り集中して刺激的に学習した方が記憶に残りますし，長期にわたって何度も繰り返した方が確実に身に付く(認識できる)というわけです。

芸術の秋。勉強の秋。11月は実力テスト，とうめいかん祭という大きな行事が控えており，子どもたちの活躍が大いに期待される場所です。

演劇も勉強も，「練習は本番のように，本番は練習のように」取り組めるよう日々指導していきます。

11月		行事予定	12月		行事予定
1	土	入学試験	1	月	個人懇談(～6日)
2	日		2	火	
3	月	文化の日	3	水	知のオリンピック(6年)
4	火		4	木	
5	水	実力テスト(1～6年)	5	金	
6	木		6	土	
7	金		7	日	
8	土		8	月	委員会
9	日		9	火	縦割りランチ
10	月	クラブ	10	水	
11	火	縦割りランチ	11	木	
12	水		12	金	
13	木		13	土	合格者説明会
14	金	とうめいかん祭(校内)	14	日	
15	土		15	月	クラブ
16	日	とうめいかん祭	16	火	
17	月	振替休日	17	水	チャレスポ大会
18	火		18	木	とうめいっ子コンサート
19	水		19	金	とうめいっ子コンサート
20	木		20	土	
21	金		21	日	
22	土	※ランチなし	22	月	大掃除
23	日	勤労感謝の日	23	火	天皇誕生日
24	月	振替休日	24	水	特別学習
25	火		25	木	特別学習
26	水		26	金	特別学習
27	木		27	土	
28	金	マナーランチ3,4年	28	日	
29	土		29	月	
30	日		30	火	
			31	水	

## ◎お知らせ◎

### ○チャレンジ登山について

低学年(天拝山)、中学年(基山)、高学年(基山:新ルート)にチャレンジします。持ち物などは学級通信でご確認ください。

### ○とうめいかん祭について

表現活動 9:30～10:40 1～3年  
10:55～12:05 4～6年  
体験活動 12:45～14:30 各コーナー  
下校 15:00 (下校バス15:30)  
※14日(金)は、児童のみの鑑賞となります。

### ○個人懇談について

詳しい日程は担任から学級通信でお知らせします。

## ALBUM

10月は6年生の修学旅行がありました。  
みんな楽しい思い出をたくさん作ることができました。

