



秩父別町立秩父別中学校 学校だより

平成29年 6月 2日発行 第7号

秩父別町2条2丁目 Tel 0164-33-2650

発行責任者：校長 中島 淳

編集：教頭 佐々 謙彰

<web版につき、写真を削除するなど一部修正しています。>

「秩中魂」で雨に打ち勝った体育大会！ 期末テストも乗り切ろう！

校長 中島 淳

5月27日（土）悪天候の中、本校体育大会を多数の保護者・地域・ご来賓の皆様方にご観覧いただき、誠にありがとうございました。あいにくの天候ではありましたが、生徒たちの最後まで全力を尽くす姿、仲間を励まし応援する姿にこれぞ「秩中魂」だと感動を覚えました。人は、大自然の前には無力ではありますが、事の成否を決するのはやはり人の力です。

さて、6月22日（木）、23日（金）は、1学期の期末テストが実施されます。「自分は、頑張っているのに成績がなかなか伸びない。」しかし、「友達は、あまり勉強をしているように見えないのに成績がいい。」と思うことがあるかもしれません。実は、気のせいではありません。意識しているかは別として、脳のしくみに合った効率的な勉強の仕方をしているのかもしれません。勉強と部活動をうまく両立させるポイントも学習の効率化にあるのです。「復習」を例にします。「復習」が重要であることは言うまでもありません。心理学の本によく出てくるエビングハウスの忘却曲線は、人は、数日後には学習したことの8割を忘れてしまうことを示しています。基本的に人は、復習をしないとほとんどのことを身につけられないのです。では、いつやるか？「その日のうちに」と思う人がほとんどだと思いますが、「数日後」が効率的と言われていきます。忘れかけたタイミングで復習すると定着しやすいのです。その日のうちに復習するのは、いわば満杯の水が入ったコップにさらに注ぎ足そうとする行為です。それでは水があふれてしまいます。しばらくたって水が減ってきた時に注ぎ足すのが効果的なのです。小さい頃から「今日の勉強の復習をしてから遊びに行きなさい。」と言われてきたかもしれません。脳科学的には、「3日前の授業の復習をしてから遊びに行きなさい。」が正しかったのです。

この考え方は、「分散学習」といって、復習だけでなく、様々な学習やスポーツにも応用できることで研究が進められています。参考になったかどうかはわかりませんが、自分なりのタイムマネジメントをしっかりと行って勉強を進めて下さい。ただし、絶対的な学習時間を確保した上での効率化であることは、言うまでもありません。

『開校70周年記念体育大会』

去る5月27日、体育大会が行われました。雨が降りしきる中でしたが、100m男子と200m男子で新記録が出たり、泥だらけの砲丸を投げるなど、活気に溢れていました。10時30分頃から雨が強くなり、リレーを前倒しにして行ってからは、体育館で行いました。

応援合戦など盛り上がるか心配されましたが、そこは秩父別中学校の生徒。グラウンドと全く同じかそれ以上の力を発揮していました。特に、二人三脚・運命走リレーは、白熱していました。開校70周年記念にふさわしい内容の体育大会でした。