

1月20日（月）「勉強脳について」

全校のみなさん、おはようございます。

3学期が始まり、3学期の目標を考えたことと思います。その目標として、勉強をがんばろうと思った人も多くいたことでしょう。そこで今日は「勉強脳（べんきょうのう）」の話をしたいと思います。

「勉強脳」って初めて聞いたかもしれません。

「勉強脳」は、学ぶ楽しさを感じながら成績を伸ばす脳のことを言います。

まず、脳の仕組みについて話します。

実は脳は「覚える」よりも「忘れる」方が得意なのだそうです。例えば、初めて会った友達の名前や習ったばかりの漢字など、覚えられなくてこまったことはありませんか。

決して、それは頭が悪いからではありません。人間の脳は、「覚える」能力にも優れていますが、入ってくる情報がいっぱいにならないように、「忘れる」能力は、もっと優れていて得意なのだそうです。

でもそれでは困ってしまいますね。でも大丈夫です！

なぜかというと、くり返し使うと、脳はがんばって覚えようとするしくみがあるからです。脳は、「命を守るための情報」は絶対に忘れません。あぶないことや危険なことに出会ったら、そのことは覚えています。生きるために、とても重要なことだからです。

でも、学校の勉強は、脳にとって「命を守るための情報」ではありません。そこで、脳に、漢字や計算、かけざん九九も、命を守るためぐらい大事な情報だっと思わせる方法があります。

毎日会う友達の名前って、別に命には関係ないけど忘れないですよ。それは毎日繰り返し繰り返し使っているから忘れないのです。脳が「こんなに使う情報ならきっと大事だ」と判断するからです。「覚えるポイント」は、「繰り返し使って大切だと脳に思わせること」です。

記憶するポイントは、覚えたことは、脳の中にしまっていないで、どんどん使っていきます。答えがわからなくても、どんどん問題にチャレンジしていきましょう。そして、「覚えた」ことは出来る限り、人に話す。勉強やいろんなことでわかったことを人に教える。お友達やお家の人や先生に、いろいろわかったことを教えていくといいのだそうです。

また、人間の脳は、まちがえた方が、よく覚えようとします。だから勉強中は、まちがっても大丈夫です。むしろ、まちがったことの方がよく覚えていて、まちがえた経験も、次の問題を解くときのヒントになってきます。

今日は、みんなにとって大事な「勉強脳」のお話をしました。

繰り返し覚えて、使って、習ったことを覚えていきましょう。

以上でお話を終わります。（礼）