



## 1. 1学期の終業式を迎えようとしています。

梅雨明けはもう少し先になりそうですが、1学期のまとめの時期になりました。新しい学校、新しい学級、新しい学習内容などで、子どもたちは一生懸命頑張っていました。4月の入学、進級から約4か月間が過ぎ、いよいよ1学期の終業式を迎えようとしています。そして、7月21日からは長い夏休みが始まります。

さて、1学期の子どもの成長につきましては、後日通知表にてお伝えしますが、学校は子どもたちが「確かな学力」を身につけるために、毎時間、各教科共に観点別学習状況（知識・技能、思考・判断・表現、主体的に取り組む態度）の評価を行い、一人ひとりの学習状況を把握し個に応じた指導を行っています。また、評価を指導に生かすことで、子どものよさや可能性を引き出し、やる気を起こさせるようにしています。そのことが学習評価の大切な点です。

ご家庭でも後日お渡しする通知表を参考にいただき、お子様がよりよく伸びる話題と励ましの材料にいただければ幸いです。

## 2. 学習効果を高めるために

最近読んだ本で、とても印象的のものがありません。それは、子どもたち（私たち）の生活に密着しているスマホが脳に与える影響について書かれた本です。そのタイトルが『2時間の学習効果が消える！やってはいけない脳の習慣』でした。

そこで、昨年度実施した本校の学校教育自己診断結果で、平日2時間以上勉強している生徒がどれくらいの割合でいるのか調べてみました。すると、「授業時間以外に、ふだんは、1日当たりどれくらいの時間、勉強していますか？」の質問項目において、2時間以上勉強している生徒の割合は28%で、4分の1以上の生徒が平日2時間以上勉強していることがわかりました。

しかし、その本によると、せっかく2時間以上勉強しても、1日あたり4時間以上スマホを使用しているとその学習効果は消え、加えて、スマホアプリの中でもLINE等の使用がさらに学力低下に強い影響を与えるようです。

LINE等を使用するとスマホの使用時間も必然的に長くなります。スマホを長時間使用することは、長時間ゲームやテレビを視聴した時と同様に、脳の前頭前野の血流量が下がり、働きが低下すると考えられています。学習効果を高めるためには、スマホの使用時間を多くても1時間未満に抑えること、LINE等の通信アプリはできる限り使わないことがポイントとなるようです。そして何よりも、自制する心を養うことが大切となります。

スマホやLINEなどのSNSは大変便利なものですが、使い方を間違えると時間をとられるだけでなく、集中力が下がり、成績に与える影響が大きくなります。勉強中はスマホの電源を切る、もしくは、スマホを部屋に持ち込まないようにするなどの工夫が必要となります。

是非、スマホやSNSを上手にコントロールして使用すること、使用時間を子どもが自分で制限できるように親子で話し合いをしていただければ幸いです。

<参考文献 『やってはいけない脳の習慣』（川島隆太[監修] 横田晋務[著]）>