



学力は一年で伸びる

講師

立命館大学教育開発推進機構
(立命館小学校副校長兼任)

かげ やま
陰山

ひで お
英男 教授

プロフィール

兵庫県朝来町立（現朝来市立）山口小学校教師時代から反復練習で基礎学力の向上を目指す「陰山メソッド」を確立し、脚光を浴びる。百マス計算や漢字練習の反復学習を続け基礎学力の向上に取り組む一方、そろばん指導やコンピュータの活用など新旧を問わず積極的に導入する教育法によって子どもたちの学力向上を実現している。

主な公職歴 ・文部科学省・中央教育審議会 教育課程部会委員
・大阪府教育委員会教育委員長

西宮市教育委員会は、平成24年(2012年)9月13日にプレラホールで、「学力は一年で伸びる～子どもの生きる力を育むため家庭でできること～」をテーマに家庭教育講演会を開催しました。

「悔しい思いが子どもを伸ばす」

私が山口県山陽小野田市で学力向上プロジェクトを始めたとき、この市の小学生の学力は市町村別の学力順位で最下位でしたが、3年間でほぼトップになりました。方法が間違っていればどれだけ頑張っても上手くいきませんが、方法が正しければ必ず成果は出てきます。例えば、ある小学校で通分を伴う分数計算を指導していたとき、苦手な子ども数名を教員がマンツーマンで指導しました。問題は、表面に分数の足し算が10問、裏面に引き算が10問です。指導を始めましたが、子どもは何も覚えていませんし、やる気もありません。3～4分をかけて何とか1問目を解き終えました。さて、次が問題です。普通なら2問目に進

とできた”や“ようやくできた”は“できない”ことと同じです。“さっとできる”が“できる”ということです。では、実際私ならどう指導するのかというと、同じ問題を繰り返し解かせるのです。子どもは2～3回繰り返すと集中し始め、5～6回解いているとできるようになります。ここでようやく2問目へ進みます。そうしているうちに、全問を解き終わった子どもが次々と帰り、1人の子どもだけが残りました。その子は泣き出し、涙で問題用紙がにじみました。すかさず、私は新しい用紙を差し出しました。すると、その子は「やらなければいけない。」と悟るのです。これは非常に大切なことです。できない子どもを伸ばしていく上で教えなければいけないことは、悔しい思いという感情を乗り越えなければいけません。

せん。子どもに、できない自分と向き合わせ、やらせるのです。結局、その子は表面を解き終わるのに40～50分かかりました。「裏面は明日やろう。」と言いましたが、なんとその子が「今やる。」と言い出したので続けると、信じられないことが起こりました。裏面はたった10分で解けたのです。子どもは集中すると信じられないような力を発揮します。私はこれを“つきぬけ”と呼んでいました。この“つきぬけ”を子どもに何度体験させるかによって、その子の成長が変わります。

次の10項目中、日本の教育で当たり前だと思うものにチェックしてください。

- (1) 日本はもともとPISA^(注)型学力が弱い
- (2) 高額所得者の子どもでないと東京大学には入れない
- (3) 学力向上は継続した取組みでなければならない
- (4) 受験勉強には睡眠時間を削ることも必要である
- (5) 結果につながらなくてもコツコツ続けることが重要である
- (6) 日本の子どもの学習時間は世界的に見て長い
- (7) 知能指数は変えられないので、学習内容が大切である
- (8) 遅れる子のためにゆっくり丁寧な指導が必要である
- (9) 学力を高めるには授業改善が一番必要である
- (10) 日本では伝統的に家庭を第一に考えている

これらは全て間違いです。日本の教育の当たり前が実は当たり前ではないのです。最近のPISA調査で日本の成績が低かったことがきっかけとなり、PISA型学力が注目されています。日本の学力低下問題が始まったのは1999年ですが、翌年の2000年に実施された1回目のPISA調査の結果を見ると、日本は総合力で世界第1位でし

かと大議論になりましたが、その後、日本の学力が低下していることは明らかです。

間違った指導を進めるとよい結果につながりません。私も過去に大きな失敗をしました。私がある小学校に赴任したとき、学力の低い子がいました。私はこの子を何とかしようと、夏休みに3日間その子を呼び、勉強させることにしました。しかし、1日目は何時になっても来ません。ですから、2日目は家に迎えに行きました。3日目も迎えに行くと、今度は家にもいませんでした。私も負けまいと、帰りを待ち伏せして学校へ連れていき勉強させましたが、その子の学力が伸びたかという、全く伸びなかったのです。その子が学んだことは、“逃げる”ことと“頑張っても自分は伸びない”ということだけでした。私の一方的な情熱、努力、熱意が子どもを結果的にダメにしていたのです。

(注) PISAとは、経済協力開発機構(OECD)による国際的な生徒の学習到達度調査

「十分な睡眠と食事が学力向上へ」

子どもは規則正しい生活習慣が身につけば、きちんと成長していきます。子どもの適正な就寝時刻を調べたところ、20～21時までには寝る子どもの成績が一番よく、次が21～22時であり、その後就寝時刻が遅くなればなるほど成績が悪くなることにはっきりしました。就寝時刻と知能指数の関係を見ても、睡眠時間が十分であるほど、脳は安定的に伸びていくことがわかりました。私たちは、知能指数が生まれたときから決まっている賢さのように思いがちですが、知能の発達、生活習慣の影響を強く受けています。毎年、生活習慣が変わる人はいません。変わらないから習慣です。生活習慣が大きく知能の発達に影響しますので、よりよい生活習慣を保つことが子どもの知能を発達させるポイントです。

次に、大切なことは食事です。一度の食事に使われる食材の数と成績の相関関係をとったデータを見ると、食事がきちんとしているだけで学力が上がることは明らかです。私が勤めていた朝来市立山口小学校の給食は、ご飯と味噌汁の他にあと2品出すことが標準でした。これは非常によい食事です。摂取食品数を増やすと体力も上がるからです。とりわけ朝ごはんは重要です。毎日はもちろんのこと、時々食べないことがあっても成績は落ちます。朝ごはんをしっかり食べることが、勉強時間を増やしたり、授業改善をしたり、読書をするよりも学力向上に重要だとわかってきています。

「テレビの見すぎが生活習慣の破壊へ」

生活習慣が崩れる原因はテレビです。1～2時間程度であれば影響はありませんが、2時間以上になると学力が落ちていきます。なぜなら、テレビを見すぎることによって、勉強をしなくなったり、眠らなくなったり、親子の会話がなくなるからです。中学生の宿題をする時間とテレビを見る時間の国際比較データの相関関係を見ると衝撃的です。日本の中学生が宿題をする時間は世界で最下位ですが、テレビを見る時間は世界第1位です。荒れる子どもは基本的にテレビを見すぎているのです。では、何をすればよいのでしょうか？答えは読書です。読書をすれば国語だけでなく、算数の成績も上がります。なぜなら、読書をするとう知能指数が上がるからです。脳を使って言語をしっかり理解することで、脳そのものの力が上がるのです。

「机は窓側に」

私はある住宅メーカーと提携し、“子どもが伸びる家”を作りました。この家に住むと“努力の

無意識化”ができるのです。努力の無意識化とは、努力しているのですが努力と思わないことです。一言で言うと習慣化です。習慣を作るためには、環境を整える必要があります。例えば、小学1年生のとき、子ども部屋に勉強机を置くことは全く意味がありません。低学年の間は自ら考え学ぶことはできないからです。わからないことは誰かに聞かなければなりません。そうになると、勉強部屋は必然的にダイニングルームになります。ただし、ダイニングテーブルに親子が対面して座ると、子どもにとって地獄です。勉強ができているときはよいのですが、勉強はわからなくなつてから勝負です。最初は優しく言葉をかけていた親がだんだんと厳しく怒るようになります。すると、翌日から子どもは宿題よりも親の顔が気になります。子どもが集中するにはリラックスする必要があります。ですから、勉強机はダイニングテーブルとは別に作り、斜め方向から子どもを見守り、助けるという関係を築いてください。また、机を窓際に置くことが大切です。窓際に置くことにより、家の中で最も心地よい場所が勉強机になるからです。子どもは疲れて帰ってくると、一番心地よいところで心と体を休めます。つまり、勉強机に向かうということです。ひとしきり疲れが取れたら子どもは勉強を始めるでしょう。環境やレイアウトによって子どもの勉強に対する心の持ちようが大きく変わります。

「家族関係は濃密化している？」

現代の日本人が一番大切にしている人間関係は家族です。ところが、1973年に家族が一番大切だと思っている日本人は2割以下でした。その頃、重視されていたのは、職場や親戚、地域とのつながりでした。社会の変化に伴い、これらの順位は下がり、家族の重要性が増したのです。右講者は

よく「今の家族関係は希薄化している。」と言いますが、逆ではないでしょうか？むしろ濃密化しているように思いませんか？人との唯一のつながりが家族関係ですので、それが崩れると大人も子どもも一瞬にして孤独感を背負うこととなります。家族関係の破綻を防ぐためには、職場や親戚、地域の関係も大切にしておくことが必要です。

「教育の常識はウソ!？」

要領がよい子と要領は悪いがコツコツ努力する子ではどちらがよい子でしょうか？日本の教育では、後者がよい子と言われがちですが、働き始めると、要領よく一定時間内に最大効果を生み出さなければいけません。特に、学校現場では新しい指導要領が分厚くなっているため、要領よくこなさなければいけません。子どもの集中力が続かない、やる気が出ないのは、学習効率の問題です。子どもが問題を解けないとき、子どもの努力や態度のせいにしていませんか？どの問題も同じように解いていたなら、何度やってもできない経験を繰り返すだけです。子どもがやればできると信じる事ができれば、子どもは頑張り、集中し、意欲

も出てきます。そして、それを積み重ねることによって集中力が高まり、たとえ先生から出された問題が難しくても集中して取り組むようになります。勉強は脳を上手に使うトレーニングであり、それは集中という形になって表れます。つまり、勉強とは集中する練習です。しかし、子どもはやり方ひとつ間違えると、集中しない練習を始めます。それを毎日続けると、本当に集中できなくなります。複雑な問題をじっくり考えることも重要ですが、その前に簡単な問題を素早く解くことにより、脳の基礎力を高めなければなりません。そのために有効なことは徹底反復学習（徹底的に繰り返す学習）です。人間は覚えたことを忘れますので、忘れない努力をしなくてははいけないのです。

「あれが悪い。これが悪い。」と言うことはできても、「ではどうすればいいのか？」と聞くと何も出てこないことが多々あります。批判ではなく提案していく。理屈ではなく事実を示す。これが日本の教育に問われています。これがきちんできれば、教育の常識のウソがなくなり、皆さんの努力が正しい努力に変わり、子どもの成長につながっていくことになると思います。

家庭は、子どもが基本的な生活習慣を身につけ、他者への思いやり、自立心、自制心を育むために重要な役割を果たすものです。その上で、子どもは、学校や地域社会において、人と人とのつながりを感じながら「生きる力」や「思いやる心」を身につけていきます。

そこで、西宮市教育委員会では、下記の重点目標及び5つの実践目標をもとに家庭教育の啓発を行っています。

【重点目標】 思いやりのある西宮っ子を育てよう

- 【5つの実践目標】**
- 育てよう 優しい心と がんばる力
 - 声かけよう おはよう ありがとう ごめんなさい
 - 見守ろう よその子 我が子 区別なく
 - 習慣づけよう 早寝 早起き 朝ごはん
 - 外に出よう 元気に遊んで 友だちいっぱい