

武西っ子

春日部市立武里西小学校・学校だより
 春日部市大場822-1 児童数
 発行者 校長 横崎 剛志 513名
 TEL 048-733-7701 FAX 048-733-7703

「やる気」は脳の中にある その2

校長 横崎 剛志

自分でしっかりと目標を設定し、それに向かって努力したり、工夫したりする過程でドーパミンは分泌されるのです。その上で、目標そのものを達成できれば、そこでまたドーパミンが出ます。

しかしながら目標が大きすぎてもいけません。「将来の大きな夢」や「10年後の自分の姿」をイメージすることも、自己実現のために極めて重要ですが、ドーパミンの分泌に向いていないのです。それよりも「短期間で実現可能な目標」を立てて、その実現を繰り返すことで大きな目標を達成する方が効率的です。

【「脳を最適化すると能力は2倍になる」より抜粋】

1つめのサポート 小さな目標を示す

「短期間で実現可能な目標」。「小さな目標」を設定することは、子供たちは簡単にはできません。それを一緒に考えてあげたり、アドバイスしてあげたりするのは大人の大切な役割です。

子供たちは突如として過大な目標を持つことがあります。(子供はそういうものです。)例えば、「自主学ノート10冊をクリアする」。1冊も終わっていないのにいきなり10冊を目標にしてもこれではすぐ挫折につながります。もちろん、昨年度9冊まで終わった子が10冊というならあり得るのですが…

「まず、1冊目を頑張ってみよう。」「毎日学習することを目標にしてごらん。」のような方向修正をしてあげることです。そして、1冊目を達成したら「頑張ったね!2冊目も楽しみにしているよ。」というように次のステップを示していくとよいのです。

2つめのサポート 目標達成のご褒美

2つめ。ドーパミン神経系は「報酬系」と呼ばれます。「快の感覚」を得たときに活性化します。十分な報酬・快の感覚をもらわないとドーパミンは働かないのです。脳に「ご褒美」を与える…それが、目標を達成したときの「賞賛」であったり「プレゼント」であったりします。大きな結果を出した時ほど豪華なご褒美が必要になります。大人なら、自分へのご褒美を考えることができますが子供たちはそれができません。

そこで、大人の働きかけが必要になります。自主学なら「おうちの人からのコメント」「担任のコメント」「校長のコメント・がんばり賞」が小さくとも脳に届くご褒美となります。子供たちの「やる気」が続くかどうかはまさに大人次第なのです。

令和3年7月の予定 ※あくまで予定の為、変更することもあります。

日	月	火	水	木	金	土
	6/28 読書タイム 集金日 ノ-TV・ノ-ゲームデー	29 学級の時間 ノ-TV・ノ-ゲームデー	30 さんすうタイム 委員会 ノ-TV・ノ-ゲームデー	7/1 こくごの時間	2 すこやかタイム 授業参観 懇談会	3
下校	1~4年 14:25 5,6年 15:15	1~2年 15:00 3~6年 15:50	1~4年 15:00 5~6年 15:50	1,2年 15:00 3~6年 15:50	1~6年 15:00	
4	5 読書タイム はッピーランチ	6 生活朝会	7 さんすうタイム クラブ活動	8 こくごの時間 スクールカウンセラー来校	9 すこやかタイム	10
下校	1~6年 14:25	1~2年 15:00 3~6年 15:50	1~3年 15:00 4~6年 15:50	1~2年 15:00 3~6年 15:50	1~3年 15:00 4~6年 15:50	
11	12 読書タイム	13 音楽朝会 代表委員会	14 さんすうタイム たけにしタイム	15 こくごの時間 武西読書の日	16 表彰朝会 給食終了	17
下校	1~6年 14:25	1年 14:10 2~6年 15:00	1年 14:10 2~6年 15:00	1年 14:10 2~6年 15:00	1年 14:10 2~6年 15:00	
18	19 特別日課3時間	20 特別日課3時間 第1学期終業式	21 夏季休業日(~8月29日)	22	23	24
下校	1~6年 11:20	1~6年 11:20				
	8/30 特別日課3時間 第2学期始業式	31 特別日課4時間	9/1 さんすうタイム 給食開始 身体測定 委員会	2 こくごの時間 身体測定 避難訓練	3 学級の時間	4
下校	1~6年 11:20	1~6年 12:10	1年 14:10 2~4年 15:00 5,6年 15:50	1年 14:10 2年 15:00 3~6年 15:50	1年 14:10 2~3年 15:00 4~6年 15:50	
【8・9・10月の主な予定】						
8月30日(月)始業式 8月31日(火)特別日課4時間 9月1日給食開始						
10月2日(土)運動会(午前中開催) 10月4日(月)振替休日						
10月16日(土)土曜授業参観 10月22日(金)振替休業日						

★感染防止対策のお願い★

- ①本人又は同居家族に発熱等の風邪症状が見られる場合には、登校を見合わせていただくよう、宜しくお願いします。この場合、出席停止となります。
- ②本人又は同居家族がPCR検査を受ける際には、必ず学校へ連絡をください。
- ③登校後に、発熱又は風邪症状が出た場合には、保護者にお迎えをしていただきます。この場合も出席停止となります。

※引き続き、学校も感染防止対策として、健康観察・手洗いの徹底・換気・消毒等に努めていきます。



6月3日(木)、昨年度は行うことができなかった市内陸上大会(南ブロック)が市内正善小学校を会場に開催されました。

練習の成果を十分に発揮し、今までの自己ベストの記録をさらに更新する子がとても多く見られました。各種目の最後に行われた4×100mリレーでは、一人一人の力はもちろん、4人が力を合わせ、見事なバトンパスを披露することができました。

本年度は、残念ながら会場での応援を制限させていただきました。保護者、地域の皆様には、御協力をいただきありがとうございます。さらに、日頃の練習においても、様々な御支援や御声援をいただきました。ありがとうございました。



夏休み中の主な行事予定

☆ 5年生林間学校 7/23(金)～25(日) 福島県南会津方面 群馬県尾瀬方面

土曜参観・引き渡し訓練 ありがとうございました



5年生は、学年でSNS講座を行いました。夏休みも近づいてきました。どの学年でも、スマホやタブレットなどを正しく使うことが大切です。御家庭でも、ルールや使い方の確認をしていただけたらと思います。

6月12日(土)は土曜公開でした。暑い中、多くの保護者・地域の方・卒業生が授業参観に来てくださいました。1校時から3校時は授業公開ということで、各クラス、学年での授業を、4校時には、避難訓練、引き渡し訓練を行いました。保護者の方、地域の方の御協力のおかげで、無事終えることができました。ありがとうございました。