



発行所  
常磐南小学校  
電話 46-2005  
FAX 46-2048  
— 第34号 —  
2023.5.26



## 脳から考える運動会

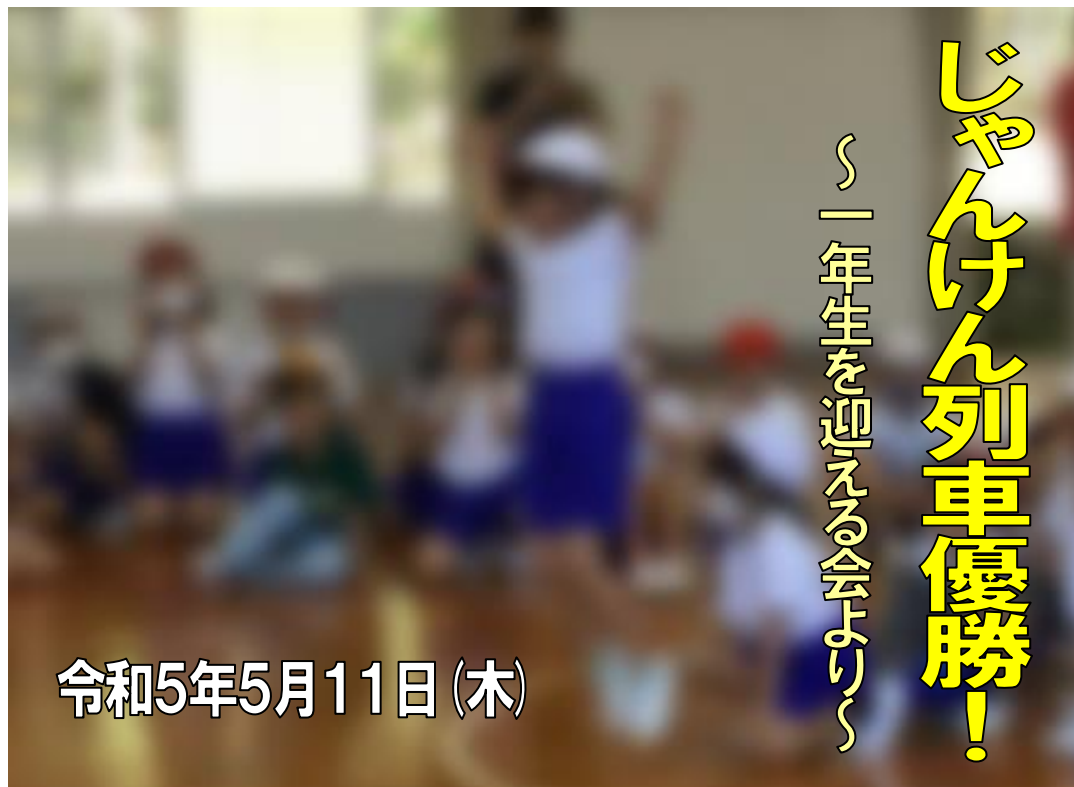
校長 林 幸康

運動会に向けて、各学年の練習に熱が入っています。低・中・高学年に分かれて行われる舞とダンスは、一番の見せ場。常南の子の表情や決めポーズについて見とれてしまいます。

先日、ある研修会で、東京大学薬学部教授の池谷先生の『脳からみた学習と成長』という講演をお聞きする機会がありました。最新の脳科学について研究されている先生のお話は、目からうろこの連続でした。自分が想像していたのとは異なり、意外に脳は不器用で、身体からの影響をとっても受けやすいそうです。その最たる例が「表情」と「姿勢」です。紹介されたのは、笑顔と渋面で学習の効果に差が出るのかという研究でした。結果は、一目瞭然。笑顔で学習に取り組んだ場合の方が、明らかに学習効果が高かったのです。また、姿勢についても、良い姿勢で取り組んだ結果は、悪い姿勢を大きく上回りました。脳は驚くほど「表情」や「姿勢」の影響を受けるのです。ちなみに「表情」より「姿勢」のほうが、影響力が大きいとのこと。

今、子ども達が、舞やダンスで見せる笑顔と洗練された動きは、まさに脳を活性化させていると言えます。講演で紹介された研究は最新のものですが、昔から運動会に舞やダンスを取り入れてきた学校は、経験則として、普段の学習にも効果があることを実感していたのではないのでしょうか。

この新聞が発行される頃には、完成した舞やダンスが運動場で繰り広げられていることでしょう。やはり運動会は、子ども達にとって欠かせないものなのです。コロナ禍を乗り越え、久しぶりに制約なく実施される運動会。背筋をピンと伸ばし輝く笑顔で取り組む子ども達の活躍が楽しみでした。ありがとうございました。



# じゃんけん列車優勝!

〜一年生を迎える会より〜

令和5年5月11日(木)

