

【校長室便り】 No.37

H30年12月14日(金) 土佐町小中学校 谷内宣夫



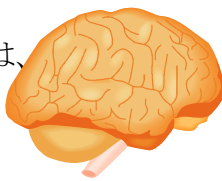
なぜ勉強するの？ 第2弾

なぜ15歳まで「義務教育」として学校で勉強しなければならぬのでしょうか？

私は保健体育の教師ですから、人間の心身の発達に即して説明します。



義務教育期間・・・世界を見ても15歳前後までが義務教育期間である国がほとんどである。それは、



脳の発達に大きく関わっています。

人間の脳細胞は約140億個あると言われています。

脳は3歳ごろまでに85～90%一気に発達し、15～16

歳ごろまでに残りの約10%を徐々に発達させるのです。

だから、脳が発達する義務教育期間に、使える脳細胞・神経をいかに多くしているかが、その後の長い人生をより良く生きていくポイントとなります。なぜなら使わない脳細胞は退化し使えなくなるからです。

脳細胞を働かせるためには、知識を学び、それを使ってみる必要があります。様々なことを見たり聞いたり考えたり、学んだことを使うことによって脳細胞は活性化します。

学校で様々な知識を学ぶ9教科の学習時間



確保している理由のひとつです。

脳細胞は使わなければ動かなくなります(死んでしまう)

のです。私くらいの年齢になると1日に死んでいく脳細胞は数千～数万個になるそうです。若い内に140億個のうちどのくらいの細胞を使えるようにしておくかがポイント

です。今(小・中学生)が大切なときなのです。



この脳が発達できる時代に、より多くの細胞を動かようにしておかなければ、年をとったときに使える細胞が少なくなり、思考(考える・記憶する・伝える等)が困難になるのです。小・中学生の今しか鍛えられないのです!



もう一つ、校長室便り No.6 で紹介した川島教授の話にもありましたが、ゲームやスマホ(ライン・ユーチューブ

など)、TV等を1日1時間以上行っている人の脳は壊れて

いきます。老人性の痴呆状態と似た症状が現れます。

さらに依存症になり正常な判断ができにくく

なるそうです。気をつけてください。



運動も必要です。特に中学生の時期は、1日5～15分、

心拍数が120以上になる運動を続けると、心臓と肺の

間にたくさんの毛細血管が作られます。12～15歳まで

の間でしか作られないということがわかっています。一生

を通して心肺機能を鍛えるための基礎が作られる時期なので

です。だから今、運動することは将来健康な生活を送る

ために大切なことなのです。



心に関しても、心が素直できれいなときに、すごいこ

と美しいものに感動したり、悲しんだり、怒ったり、喜ん

だり、うれしがったりできるためにいろいろなことを知ってそ

のことに對して心を動かすことができるようになってお

くことが大切です。将来他人とのコミュニケーションをう

まくとれる基礎となり人生を豊かなものにできるでしょう。

「学校で学んでいることは社会に出てあまり役には立た

ない」という人がいますが、若く頭が柔軟な今、脳と心肺

機能、心を鍛えておかなければならぬのです。役に立た

ないかもしれないと思われることを、一生懸命にやりぬく

という行為が、後の人生で役に立つようになるのです。

年齢を重ねて何かしんどいことをやろうとしても、

若いときにやってないと、やろうとしても

できないということが多くなります。



世の中、自分にとって都合の良い事(興味が持ててやって

いて楽しいと思うこと)と、都合の良いくない事(いやだけれ

どやらなければならないこと、楽しくないがやらされるこ

と)と、どちらが多いかと言うと、都合の良いくないことの方

がはるかに多い。それが現実です。そんな時、学生時代の

経験が大きく役に立つのです。歳をとるにしたがってわか

ってくるのです。歳をとって後悔しないように、

今、ちょっと頑張ってみませんか。 つづく

