

ねっせわーく



■授業改善シリーズ No.6 「ふりかえる」

22. 6. 15 No.9

今日の授業を「自分で、ふりかえる」ことで、
今日の授業を「もう一度、考えること」につながる。



■メタ認知とは

メタ認知とは、人間が自己を認識する場合において、自己モニターの思考そのものや行動そのものを対象として把握し認識することであり、メタ認知を行う能力をメタ認知能力という。言い換えると、自分の行動や考え方、知識量、特性、長所、短所などを、別の次元から眺めて自分で自分を認識（モニター）すること。最近では、教育現場でも、授業の振り返りをメタ認知能力の育成として重要な位置づけとしている。和田秀樹氏（精神科医、認知心理学者）は、「これからの社会を生きる上で重要な資質は問題解決能力（正しい決断ができること）であり、その高め方は、①幅広く知識を増やし、②それを使って推論し、③メタ認知により自分の状況を的確に把握することである。」と述べている。

さらに、メタ認知は単に自分の状態を知るだけではなく、知り得たことから、自分がこれから何をしたらよいのか考え、より良い方向へ自分を変えていこうとする自己修正能力（自己改造能力）も併せ持っており、これを「メタ認知的行動」と呼んでいる。激動する現代社会では、この力が是非とも必要であり、これを繰り返していくことが自己の成長にもつながるのである。

※裏に、初等教育資料（2010、6月）に、関連記事あり。日本大学大学院総合科学研究科教授 林成之氏談より。

るための別の本能が働きます。これは、いくつかの神経核が連合して考えを生み出すもので、「お互いの違いを認めて共に生きる」という本能です。

これはすごく大事な本能で、しっかり考える才能を磨くために必要です。この本能がきちんと育った子どもたちは、誰かと意見が違っても、相手との違いを認める力をもっているのです。自分と相手の双方が納得するような考えを生み出すことができます。

つまり、子どものうちからこの第三の本能を鍛え上げていくと、素晴らしい大人に成長していきます。能力もすごいし、考え方も人間性も立派になってくるのです。

（勉強しても頭がよくならない仕組み）

寝室から起きあがって、台所に行き、冷蔵庫を開けたものの「何

をしに来たんだっけ？」と、いくら考えても思い出せないことがあります。しかし、再び寝室に戻った途端に「あつ、そうだ、飲み物を取りに行ったんだ」と思い出す。

これは、台所に行く途中に「飲み物を取りに行く」ということは違う、何か別のことを考えたことによつて生じます。脳は新しい情報に瞬時に反応し、その直前のことを忘れるというクセがあるのです。ですから、このような脳のクセを知った上で教育することが大切だといえます。

何かを勉強する。だいたいわかった。次の勉強が始まる。また、だいたいわかった。このように、まだだいたいしかわかっていないのに、次の新しい勉強をスタートしたとします。

このとき、当の本人はわかっていないつもりでいるわけですが、実際は、だいたいしかわかっていな

い。すると、次々と新しい情報を頭に入れていっても、その前のことをどんどん忘れていく。これは、勉強したことをほとんど忘れる仕組みが脳に働いているのが原因です。「まじめな子どもだし、いっぱい勉強しているのに、ちつとも頭がよくならない」というのは、こ

こから生まれているわけです。教育や学習に「だいたい」というのはNGなのです。

（自分でまとめをする）

では、どうすればよいのか。

例えば、四五分授業のうち、三分は授業を行い、次に残りの一分を今の授業で何を聞いたのかについて子どもたちに書かせる時間に充てます。そしてそれを習慣にするのです。

要するに、「自分で」という能力を用いるのです。授業を聞いたつもりでいるうちは思うように書け

ません。書けないと、次からしつかり聞かないといけないとみんな思うじゃないですか。

脳の仕組みからいうと、詰め込みは効果がありません。今教えたことを子ども本人に実際に書かせてみるといった習慣を付ける授業をやるといいのです。

このとき、「書いてもらえん。書けた？」と聞くぐらいがいいと思います。あるいは「いくつくらい書けた？」と聞いてあげる。「先生、今日は三つしかいかなかった」「じゃあもうちょっと頑張ろうか」と。そして次の日は四つ。やっただすていね、君一個増えたじゃないか？」というふうにする。このように緩やかにその人間性を認めていく。そうすると、緩やかに先生を尊敬するようになるのです。

逆に、子どもが先生を嫌いなになったらおしまいです。それに「あだ」「ごうだ」と言う前に、子ど

もを抱きしめるほうがはるかに効果があります。「あー残念だね」と抱きしめてやる。「次はこうやってみようか」などと子どもと仲間になつて一緒に考える。こうすれば変わってきます。

また、成功したとき、自分がどうやって成功したのかをぶつぶつと実況放送するのもいい方法です。

例えば勉強であれば、本を読んでもうやうやう覚えたということや自分に向かつて実況放送できたら、その知識は自分のものになっています。逆に実況放送できなかつたら、まだ自分のものになつていない。このような実況放送を習慣にしていくなければいいのです。

自分で実況放送をして、自分が満足できればそれでいいのです。

（何度も考えることで記憶できる）

考える力が生まれると、次にそれは記憶に変わっていきます。

記憶は考えないで丸暗記することだと思っている人がいます。ですから、物知りばかり増えていきます。そういう人は判で押したように「知ってる、知ってる」と口にします。しかし「じゃあ、実際のところどうなの？」と聞くと、ほとんど答えられません。

何かを記憶するためには、丸暗記ではなく、考えをめぐらすことが大切なゆえんです。

ですから、教育でも繰り返しすることが大切です。人間の脳には三日経つと忘れる仕組みがあります。そのため「繰り返し考える」ということがすごく大事なのです。以前は何事も一回で覚えることが頭によさだと思っていました。

好きになること、自分が考えたことを達成すること、同じ環境をつくつてよい習慣を付けること、学んだことを自分でまとめること、繰り返し考え続けること……
こうしたことが、同期発火を起こし、子どもたちの学習を美りあるものにしていくのです。



でも、三日経つとほとんど全部忘れます。その忘れるというのをしないために、また繰り返すのです。繰り返すことが必要無駄なのです。無駄なのですが、必要です。無駄なというのが、必要教育に必要無駄という概念は無いのですが、必要無駄こそ人を育てるといいます。医療の世界ではそう言っていました。

好きになること、自分が考えたことを達成すること、同じ環境をつくつてよい習慣を付けること、だいたいわかったで終わらせないように学んだことを自分でまとめること、繰り返し考え続けること……こうしたことが、同期発火を起こし、子どもたちの学習を美りあるものにしていくのです。

* 父・寛井 一 文部科学省教育課程部