

Part 2: Take It Easy!

手

書くことの効果

書き写し

国語の書写の時間を筆頭に、まとまった内容を書き写すことは多くの場面で見受けられます。

(例)・漢字や英単語の書き写し練習、各教科書の本文・絵・図などの書き写し

- ・調べ学習での説明文や絵・図などの書き写し
- ・名文や新聞のコラム欄の書き写し など



実際に書き写してみると、実感できることですが、まず時間がかかる、面倒くさい、上手に写

せないなど、ストレスがかかります。しかし、それ以上に、書き写すことで得られるものは多々です。

- ・書きながら**理解**を深めることができ、**記憶**が深まる。
- ・書きながら考えや情報、学習内容が**整理**されて、やるべきことが明確になる。
- ・手で書くことで**脳の活性化**が進む。
- ・**集中力、ち密さ、ていねいさ、観察力**が高まる。
- ・**学習効率**がアップする。
- ・新たな**アイディア**が生まれる。 など

ただし、次のような危険性におちいりがちでもありますので、要注意!

× 写すこと自体を目的にしてしまう。

× きれいに写すことのみで全力を注ぎ、書いたこと自体に満足してしまう。

× 写し間違いをしてしまい、誤ったまま覚えてしまう。 など

NG



創作文(日記や感想文など)

- ・文章力や語い力が向上する。
- ・新たな気づきが生まれる。
- ・ストレスの解消、感情のコントロールができる。
- ・自分自身の振り返り、気持ちの整理ができる。
- ・読書感想文では本の内容の振り返りができる。
- ・日記などでは継続する習慣や自信がつく。
- ・やりたいことの発見もある。
- ・ポジティブ思考になる。 など



裏面に続きます

体

身体を使うことの効果

学習内容が体を使う教科はもちろんのこと、他の教科でも手や体を使って効果的な学習や学習の補助をするものもあります。例を挙げると、

- 書写 … 手を開く運動で握る、持つ、書くことへの導入、硬筆では手本をなぞる練習
- 音楽 … 手拍子でリズム感覚の醸成を図る 発声では口を開く、動かす練習
- 国語 … 詩のイメージをジェスチャーで表現する
- 保健体育 … 実技授業では全部
- 技術家庭、美術など … 作品制作など



以上、これまで「授業のUD化」のポイントとして感覚の活用例を No:3~本号まで取り上げました。もちろん、「声に出す、言う」(口)「聞く」(耳)「見る、読む」(目)「書く」(手)「動かす」(体)は1つのみをやるより複合的に行うことで効果が増します。

これまでのことを簡潔にまとめてみました。



・学習したものを覚えるには感覚をフルに活用する。

(見る、読む、聞く、言う、書く、身体を動かす)

効果バツグン!

記憶が確実になる
集中力、理解度、想像力が高まる
緊張感や不安が和らぐ
パワーアップ
体のバランスが整えられる
実現可能性が高まる
脳の活性化が進む
気分の高揚が図られる
リラックスする



目で覚える
耳で覚える
口で覚える
手で覚える
体で覚える