



翠檜

あす なる

日の出町立大久野中学校
学校だより 第 5 号
令和5年 8月 28日

教育目標 「自ら進んで学ぼう 思いやりの心 感動する心をもとう たくましく 心とからだを鍛えよう」
あすなる物語（井上靖） 「あすは檜になろう、あすは檜になろうと一生懸命考えている木よ」

メタ認知能力って凄い

校長 高橋 正充



いよいよ2学期が始まりました。夏休みは計画的に過ごせたいでしょうか。学校だより6月号「チャットGPT」の最後に「膨大な情報に振り回されることなく、どんな場合でもしっかり自分の意見をもち、生きる力を身に付け、冷静に物事を見る**メタ認知能力**を育てていくことが重要である」と書きました。

メタ認知とは、アメリカの心理学者「ジョン・H・フラベル」氏が定義した心理学用語です。

メタとは高次(程度や水準の高いこと)という意味で、メタ認知能力は、**自分自身を第三者の目線で考える力**のことです。たとえば、自分が何かをしているときに、自分の中のもう一人の自分が冷静に見ているように感じた経験はないでしょうか。学力とは違う「**メタ認知能力**」が高いと以下のようにメリットだらけです。

【冷静な対応】

自分自身を客観的に見つめ、感情をコントロールできるため、いつでも**冷静な対応**ができる。

【円滑な人間関係】

自分と他人との適切な距離を保つための周りへの配慮もでき、**円滑な人間関係**が形成できる。

【柔軟性】

失敗によって新しく学び、再発防止のためにどうすべきか考え、次に生かす**柔軟性**をもつ。

【高い意欲】

明確なビジョンや自分の将来性も見据えているため、**高い意欲**をもって取り組む。

メタ認知能力は中学生には特に重要だと考えます。期末考査一週間前、部屋に閉じこもってゲームを毎日5時間以上もやってしまうのはメタ認知能力が低い生徒です。自分で今何をしなければならぬか判断できる生徒はメタ認知能力をもっているため、ゲーム依存症にはなりません。

良好な人間関係を築くにも、メタ認知能力の高さが重要となります。友達とケンカをしてしまう多くの場合は、お互いに腹を立てて相手のマイナス面ばかり考えてしまいます。そんなときメタ認知能力が高い生徒であれば、ただ腹を立てるだけでなく、「どうして相手が怒ったのか」「自分にもダメなところはなかったのか」というように自分自身を第三者の目線で外側から考え、分析できるのです。冷静に自分を含めた全体の状況を把握することで、同じ失敗を防ぎ改善へとつなげられます。

反対に、メタ認知能力が低い人は、友達と遊びに行き、昼食の店を選ぶときに相手の希望は一切考えずに「自分が好きだから」という理由だけでラーメン屋に連れていこうとします。たとえ相手の好きな食べ物がラーメンではないと知っていたとしても、お構いなしに自分のやりたいようにしてしまうのです。コミュニケーションがとれないため、周りから「空気を読めない人」と思われやすくなります。

中学生がメタ認知能力を高める簡単な一つの方法としては「**日記**」に自分が感じたことを書くことです。実際に大久野中では毎日どの学年もやっています。1年生「スマイルライフ」2年生「やりとり帳」3年生「スクログ」C組「連絡帳」と学習・生活記録の3行日記を毎日書いています。しかし、書き方があります。「今日は一日楽しかった」ではなく、



できる限り**思ったこと、考えたこと、感じたことを具体的に**記入します。また、「これを読んだ人は**どんな意見をもつだろう**」と意識しながら書けると効果的です。

もう一つ「**学習見える化計画表**」です。中学生のうちから3ヶ月先の計画をしっかりと見つめる自己管理能力が上げれば、今何をするべきなのか、必要なことはないか等、常に考える力が付き「日記」も具体的に意識しながら書けるようになるのだと考えます。

それでは、「学力」とは違う「**メタ認知能力**」を、ご家庭で育てるためにお子さんへの関わり方はどうしたらよいのでしょうか。

【具体的に褒める】

「すごいね!」ではなく「何が」すごいのか、「**具体的に褒める**」。

【根拠をもたせる】

「はい・いいえ」だけの判断だけではなく、なぜ「はい」なのか「**根拠**」まで考えさせる。

【失敗は叱らず一緒に分析】

ただ叱るのではなく、「なぜ」失敗やミスをしたのか、子どもと「**一緒に分析**」する。

【振り返りを行う】

質問を投げ掛け、子供の頭の中で、自分で自分の行動や思考の「**振り返り**」をさせる。

簡単そうで難しいです。全てにチョットした**親子のコミュニケーション**が大切なのです。

メタ認知能力が高い生徒は、必ず学力も高くなります。逆に言うと学力だけが高い生徒は、これからつまずいたとき苦勞するはずです。ちょっとした積み重ねでメタ認知能力を高めると、少しずつではありますが、変化する世の中に対応でき、円滑な人間関係を築く柔軟性のある大人へとなっていくことと考えます。

10万円相当の本を図書室に

昨年度、弘済会学校図書助成に応募したところ、選考され10万円相当の88冊の本が贈呈されました。色々な種類のシリーズから選択したのは「**中学校マンガで学ぶ○○**」のシリーズです。「この世界の片隅に」「リアル1」「ペリリュー」「女の子のいる場所は」「中学生からの最強の勉強法」等です。図書館にマンガで学ぶコーナーを設けましたので是非、読んでください。



学校指定ジャージのリニューアル

令和6年度から学校指定ジャージを変更します。長きにわたり使用してきましたが、新デザイン・新素材・新機能を備えたジャージ上下・ハーフパンツに移行していきます。変更にあたり、終業式に5点の見本を提示し、全校生徒にアンケート調査を行いました。また、保護者代表としてPTA本部役員の皆様に素材・デザインに加え価格も検討し、ご意見をいただきました。本校全職員からの意見も参考にジャージ検討委員会で最終調整し大久野中の新しいジャージを決定しました。在校生やリサイクル等で現在のジャージはまだ使用できますが、数年かけて変更していきます。ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。



8・9月の主な予定

8月

11日(金) 学校閉庁日
～16日(水) まで

27日(日) **夏季休業日終**

28日(月) 始業式

29日(火) 給食始

9月

1日(金) 安全指導

12日(火) 選挙教室(3年)

14日(木) 職場体験(2年)

～15日(金)

16日(土) 道徳授業地区公開講座
学校公開日

18日(月) **敬老の日**

21日(木) 生徒会役員選挙

23日(土) **秋分の日**

25日(月) 避難訓練

28日(木) 中間考査(英理数)

29日(金) 中間考査(社国)

3年生和太鼓発表会10月3日(火)

10月3日(火) (午後予定、昼食前から開始の場合あり)
福生「たまっ子座」を講師に招き、体育館にて3年生による和太鼓発表会を行います。実技練習風景から、発表会まで自由に参観できます。短時間ではありますが、発表会後「たまっ子座」による太鼓の実演も併せてご覧ください。