

本村小学校 だより 第10月号



発行所 港区立本村小学校
〒106-0047
港区南麻布3-9-33
TEL:03-3473-1462
FAX:03-3443-8535

読書を楽しむ秋

校長 山村 登洋

そして「読書の秋」。本校では毎週木曜日に固定して「朝読書タイム」を行っています。1校時が始まる前の15分間に教室で読書をするという取組です。この取組には1つの大きな目的があります。

今月の「自己肯定感言葉」
「未来とは、今である」目の前に全力をつくす
(マーガレット・ミード)

神無月の10月に入りました。全ての神様が雲大社に行ってしまった。神様がいないからこう呼ばれている神無月。学校も前期(半年)が終了し、折り返し地点を迎えました。

朝読書の効用

さて、秋と言えば食欲の秋、

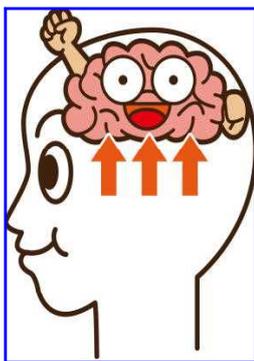


す。それは、15分間という短い時間に集中して読書をする事で脳を活性化させることです。脳は筋肉と同じように使わなければその能力は落ちてしまうと言われています。通常の筋肉の能力をあげるためにはどのような方法がある

でしょうか？筋肉トレーニングいわゆる筋トレ等を行うのが一般的です。

脳を筋トレ？

では、脳の場合はどうでしょうか。筋トレのような負荷をかけるトレーニングは出来ません。しかし、負荷をかけないとトレーニングにはならないのです。実は脳は読書によつて負荷を掛ける事が出来ます。もう少し詳しく説明しますと読書は読書でも早く読む速読が良いとされています。脳は、人間の喋っている速さで聞くものと思つていきます。そして、理解しながら聞き、頭の中で判断しています。これを「追唱」と言います。この追唱が間に合わない状態が脳にとつて負荷となるのです。従つて、速読による負荷



「読書のススメ」8つのメリット

- ①国語力や語彙力がアップする。
- ②様々な話題にも対応できるようになる。
- ③文章を書く力が身につく。
- ④偉人の考え方や言葉に触れることができる。
- ⑤想像力が高まる。
- ⑥コミュニケーション力がアップする。
- ⑦ストレス解消になる。
- ⑧移動時間などの時間を有効活用できる。



参考資料「コピー」

全校1万冊チャレンジ

今年度は全校児童みんなで学校図書館の本を1万冊読もうという「全校1万冊チャレンジ」にも取り組んでいます。現在では5千冊をどうにかクリ

アーしました。この読書シーズンに追い上げをかけていきます。また、毎月一回、保護者読書ボランティアの皆さんによる全校読み聞かせや、学校図書館でもリーダー・アドバイザー・スタッフによる読み聞かせを行っています。読書の秋、読書が進む一番よい季節です。知識を増やし心を癒やす読書にしたいですね。ぜひ、ご家庭でも読書をお楽しみください。