



モスリンピック (風船ラリー)



モスクワ日本人学校

しらかば

第12号

モスクワ日本人学校
一人一人が輝く学校
笑顔あふれる学校

児童生徒数 100名

(E-mail)

school@mosnichi.com

(URL)

<http://www.mosnichi.com>

笑う門には福きたる

校長 石川 賢

体育館が歓声に包まれています。モスリンピックの「風船ラリー」に挑戦する子どもたちの笑顔があふれ参観しているこちらまで楽しくなります。正に「笑う門には福きたる」の諺とおりです。

心身の健康や人間関係における笑いの効用は医学的にも実証されています。加えて最近では、笑顔はそれを見る人だけでなく、笑顔をつくる人にとっても、効果があることがはっきりしてきているといえます。

笑顔に似た表情をつくと、「快樂」に関係した神経伝達物質であるドパミン系の神経活動が活発になるというメカニズムが明らかになっています。つまり、私たちの脳には、楽しいから笑顔になるというより、笑顔になると楽しく感じるという逆の因果があるのです。実際に、笑顔に似た表情とがっかりした表情を意

図的につくり、その二つの表情で漫画の面白さに点数を付けていく実験をすると、同じ漫画でも笑顔に似た表情の方が高得点になります。

身体の状態が思考や感情に大きく影響を与える。そんな視点から体験の価値を再考することも必要です。

手で書く、声に出して読む、対象と直に触れ合う、地域の人と関わり、自分の言葉で表現するなどの体験を通じた学びが、「分かった」「できた」という喜びを味わうことにつながります。また、自分から進んで取り組み、友だちと協力しながら課題を解決するなかで、「一緒に活動できて楽しい」「仲間が増えて嬉しい」と実感できるようになります。

こういった活き活きた実体験を通じた学びが、子どもたちの内も外も「笑顔」にしています。そして、学びに向かう力を育んでいます。