

査では「授業中にICTを活用して指導する能力」はここ5年間、50%から必要ないと言われた。経済協力開発機構(OECD)が先月発表した学習到達度調査(PISA)の「デジタル読解力調査」でも、普段1週間で、国語、数学、理科の授業でコンピュータを使って生徒の割合が最も低かった。

## 授業で使える教員はまだ6割止まり



ICT機器を使った授業例などが紹介された研究発表会の様子

## 原子力副読本

省受災文

小・中学校の新しい学習指導要領では原子力エネルギー教育が一層重視されたが、文部科学省は原子力教育の授業の展開の事例などを掲載した副読本を再改訂する方針

小学校の副読本は「わくわく原子力ランド」。中学校用は「原子力ワールド」。いずれも児童・生徒用と教師用がある。平成20年度に告示された新学習指導要領では、小学校社会科の3、4年生で節電などの資源の有効活用が明記された。

政府は15日の閣議で、福島に基金創設 がん検診や政府2次補正案 がん検診や福島に基金創設 がん検診や

# 学校が変わる

直言

17

走ると心臓の鼓動が高まる。その時あなたは心臓に「動け」と命令しているだろうか？ 映画館に入ってしまうと多少は見えるようになる。その時あなたは瞳孔に「広がれ」と命令しているだろうか？

## 子どもの心と体



神山

潤

東京ベイ・浦安市川医療センター長 (子どもの早起きをすすめる会発起人)

概日リズムを示すのは自律神経だけではない。体温は朝最低

# 「4+α」で生体時計とうまく付き合う

自律神経には昼間に働く交感神経と、夜に働く副交感神経とがある。昼間に交感神経が働くと血液は脳や筋肉に配分されて考えたり、体を動かすのに都合が良くなる。逆に夜間副交感神経の活動が高まると、血液は消化管などへの配分が多くなり消化吸収に都合が良くなり、便は

となり、午後から夕方にピークとなる。昼行性の動物であるヒトは朝起き、夜寝る。成長ホルモンの分泌は最初の深い眠りの時に分泌され、眠気をもたらすメラトニンは、朝目が覚めて14〜16時間たち、暗くなった夜、分泌される。

4+αの第2項目、昼間の活動に追加したい。「投げる」という動作に関して、手投げ1点、体を捻じって投げる2点、手と

「体を使って遊んでほしい」ということ。また、日本の子どもたちは世界で一番体を動かして

くられる。だから、生体時計とうまく付き合うことが大切になってくる。

同じ側の足を出して投げる3点、手と反対側の足を出して投げる4点、振りかぶって投げる5点と、点数化して合計点を比べた調査がある。結果は、平成19年の5歳児の平均点は昭和60年の3歳児レベル。また平成19年の9〜10歳児は昭和60年の5歳児レベルだった。つまり、今の子どもたちは基本動作の習得

「1つやま・じゅん」