みなみっ子

87 号

令和８年 11 月 20 日（金）
南城市立大里南小学校
文責　校長　與儀　毅

学校教育目標　　自立　　協働　　創造

ご家庭に居ませんか？勉強がだるいと言っている子！？
子どもの「勉強だるい」を解決!!

もともと幼児期の子どもは「なぜ？」「どうして？」と目を輝かせる知的好奇心の塊です。それが小学校に入り、「だるい」「おもしろくない」と勉強を敬遠するようになるのには、明確な転換点と心理的な理由があります。好奇心が失われるタイミングと背景、そして今日から実践できる具体的な指導アプローチを整理しました。

1　好奇心がしぼんでしまう「3 つの転換点」

子どもの知的好奇心が「勉強嫌い」へと変わってしまうタイミングには、主に以下の 3 つの壁があります。

①**小学 1～2 年生：「評価」と「正解」：**幼児期の学びは「自分が知りたいから調べる」ですが、学校では「決められた時間内に、決められた正　解を、丁寧に書くこと」が求められます。テストの点数や花丸の数で評価されるようになると、「間違えること＝恥ずかしい・怒られること」と認識し、未知のことへ挑戦する好奇心にブレーキがかかります。

②**小学 3～4 年生：「抽象化」によるつまずき（9 歳の壁・10 歳の壁）：**3年生頃から学習内容が一気に抽象的になります（算数なら分数・小数・割り算、国語なら抽象的な説明文など）。自分の実体験と結びつかない概念が増えるため、何のためにこれをやっているのか分からないという状態に陥り、学習を「ただの苦痛な作業」とみなすようになります。

③**周囲との「比較」による自己効力感の低下：**成長とともに客観的な視点が育つと、友だちと自分を比べるようになります。「あの子より計算が遅い」「漢字が覚えられない」と感じると、傷つくのを避けるために「本気を出していないだけ」「おもしろくないからやらないだけ」という防衛反応として「だるい」という言葉を使うようになります。

2　「だるい・おもしろくない」と言う子への効果的な指導法

「だるい」の裏側には、多くの場合「やり方が分からない」「失敗したくない」「エネルギーが切れている」という SOS が隠れています。正面から「やりなさい」と説得するのではなく、ハードルを極限まで下げて「できた！」という感覚を取り戻させることが最優先です。

①**「だるい」を否定せず、スモールステップに分解する：**「だるいよね、学校で疲れてるもんね」と一度感情を受け止めた上で、タスクを驚くほど小さくします。

「1 問だけ」作戦：プリント 1 枚ではなく、1 問だけ解いてみよう。1 問やったら今日は終わりでいいよと提案します。脳には「やり始めるともう少し続けたくなる」という性質があるため、最初の 1 歩のハードルをゼロに近づけるのが効果的です。

タイムアタック化：退屈な作業にはゲーム性を取り入れます。この5問、何秒でできるか測ってみようかと声をかけるだけで、作業が「遊び」に変わります。

②**結果ではなく「プロセスと工夫」を認める：**テストの点数や全部できたことだけを褒めると、子どもは失敗を恐れるようになります。字がすごく丁寧に書けたね。さっきより集中するまでの時間が早かったね。難しい問題なのに、諦めずに線を引いて考えた　ね。このように本人の行動や工夫にフォーカスして声をかけることで、自分はやればできるという自己効力感が育ちます。

③**学びを「実生活・好きなこと」と接続する：**机の上の勉強が「おもしろくない」のは、自分の世界と切り離されているからです。

ゲーム・アニメの活用：好きなゲームのダメージ計算（算数）、キャラクターの技名の由来（漢字・歴史）、推しの YouTuber が話している地域の場所（社会）など、子どもの「好き」を起点に知識をつなげます。

親が「教えてもらう側」に回る：この漢字の成り立ち、どういう意味か教えて？この問題、どうやって解くか先生みたいに説明して！と頼ることで、子どものプライドと知的好奇心が刺激されます。

④選択肢を与えて「自己決定感」を持たせる：やらされ感が強いほど、人はだるさを感じます。枠組みの中で子ども自身に決めさせることが重要です。先に算数と国語、どっちを片付ける？リビングでやる？それとも自分の机でやる？10分だけやるのと、3問だけやるの、どっちがいい？自分で選んだという感覚があるだけで、脳のストレス反応は大きく減少します。まずは「勉強＝苦痛な義務」というイメージを解きほぐすために、「今日は1問解けたら大成功」くらいの低いハードルから一緒にスタートしてみてください。

