



特集 深い学びに導く エポック授業

シュタイナー学園のカリキュラムの特徴のひとつであるエポック授業。

国算理社の各単元からテーマを選び、集中力が高まる

朝の時間を使い一定期間繰り返し学習する授業形式です。

8年生までの担任を経験し、現在2年生クラス担任の

谷口恭子先生にエポック授業についてお聞きました。

リズム、メイン、 おはなしの三分節と、 呼吸のリズム

馬場(以下B)…今日は、低学年の授業を中心にうかがいます。エポック授業とはどのようなものなのでしょうか。

谷口(以下T)…シュタイナー学校では朝、子どもが登校して担任が一人ひとりと握手をし挨拶をした後、105分の授業が始まります。日本では「エポック授業」と言いますが、私がシュタイナー教員養成コースを学んだアメリカでは「メインレッスン(Main Lesson)」と呼んでいました。エポック授業とは、3週間から4週間の周期でひとつのテーマを毎日集中的に学ぶ授業を指します。毎日同じことを繰り返すことや、ひとつのテーマを集中的に学ぶことで、学習が定着するのです。

私は以前公立小学校でも教えていたことがあるのですが、その学校では算数は毎日ありました。毎日の繰り返し学習を定着させるという考えの下に実践していたのだと思います。

B…一般的な教育では、ひとつのテーマに数週間もかけるというのは聞いたことがないです。105分もの長い時間となると、低学年の子どもは授業に集中できるのででしょうか？

T…エポックの時間は実は3つのパートに分けられており、最初に「リズム」といって、「メイン」の授業に入る前に、体を動かしたり歌を歌ったり詞を唱えたりなどの活動を行います。「リズム」部分は子どもの意志へ働きかけるとされています。次に、「メイン」部分でノートを書いたり、作業をしたりなどいわゆる学習活動を行います。「メイン」部分は子どもの思考への働きかけです。

最後に「おはなし」の時間があります。「おはなし」の時間は感情に働きかける部分で、思考を使って学んだ後は、教室の電気を消してろうそくを灯し、その学年に適したおはなしを語ります。子どもたちはおはなしを聴いて心が動き、朝の105分の中で「意志」「思考」「感情」の調和が取れると考えています。これらの3つの部分のうち、低学年のうち「リズム」部分を長くとり、学年が上がる

にしたがって「メイン」部分を長くしていくようになります。

シュタイナー教育では、呼吸のリズムを大切にしているのので、「リズム」部分ではたくさん動いて「拡散」し、「メイン」部分の学びでは「集中」、最後に「おはなし」を聴いて「拡散」というように、授業が「吐く」「吸う」の繰り返しになるよう組み立てます。細かくいうと、「リズム」部分の中でも「吐く」「吸う」を意識して構成します。

B…シュタイナー教育が呼吸のリズムを大切にしているのはよく聞きますが、集中と拡散を繰り返すことで子どもたちが心地よく授業に向き合えるのですね。「リズム」の時間が「意志」に働きかけるというのはどういうことですか？

T…シュタイナー教育では、手足に働きかけることが人間の「意志」に作用するという考え方があります。「リズム」部分で全身を使ったり、歌や詞で声を出したりすることは、触覚、運動感覚、平衡感覚、聴覚、言語感覚などのさまざまな感覚を刺激するので、体、心、頭も目



覚めて学びに向かうことができると考えています。体と心と頭がバランスよく目覚めると、「学ぶ」という行動に入りやすいということですね。

B…確かに、小さな子どもは、急に頭を勉強モードに切り替えることは難しいですね。

T…登校したばかりの子どもたちは、まだ夢見心地だったり、ざわざわ、イライラしていたり、前日の出来ごとを引きずっている子もいるし、担任やお友だちに話したいことがたくさんあっておしゃべりが止まらない子どもいます。だからこそ、毎日同じサイクルで、季節の歌を歌い、「朝の詞」を唱えるなど、毎日同じことを繰り返していくうちに、本来ある自分の姿に自然とチューニングされて落ち着いていくのです。

子どもにとって習慣化することは安心感につながっていくと思います。毎日繰り返されることでホッとします。自分を取り戻すきっかけになるのだと思います。

学びとの 出会いを大切に

B…エポック授業の「リズム」部分の意味と重要性がよくわかりました。それでは、「メイン」の部分ですが、どのような学習内容で、どんなふう授業が進められるのですか。

T…子どもの成長段階にあわせてカリキュラムがだいたい決まっています。まだ夢見がちな低学年のうちはその学びがファンタジーのなかで行われます。例えば、1年生では文字の導入や数のエポックがあります。文字の導入は仮名ではなく漢字から始めるクラスが多いのですが、いきなり字を書くということはなく、まずおはなしを聴いて、それから絵を描き、そして最後に字を書きます。

私たちは、すべての学びにおいて新しい学びとの「出会い」を大切にしています。文字の導入のエポックでは、字との出会い



いなるので、おはなしを聴いて、そしておはなしの絵を描いていくうちに子どもはたっぷりとその字の質感に浸りますので、字を書いたときに、とてもファンタジックにその字を体験できるのです。私が以前担任をしていたクラスでの話ですが、文字の導入の最初に「光」という字を学びました。ある子が嬉しくなって興奮して、授業の後に「見て、見て」と「光」という字を書いたノートを誇らしげにほかの先生に見せに行つたのを今でもよく覚えていました。

B…その子は「光」という字に出会った感動を伝えたかったのでしょうかね。2年生はどのような

また数の学びとして「かけ算」がありますが、算数もファンタジーの力を使って学びます。いきなり計算を教えるのではな

T…2年生になると、善悪のようなものごとの二面性が見えてくるようになります。その時期には、聖フランシスコなどの聖人伝やイソップなどの動物寓話のおはなしを聴きます。1年生で文字を学んだ子どもたちは、2年生で読本の学びに入ります。担任が語るおはなしを聴いてイメージを膨らませ、それから板書した文章を音読し、最後に板書をノートに写し、音読を繰り返します。