

# ～教員おすすりめ本～

No. 18

教職教育部

杉浦 健



『超一流になるのは才能か努力か?』

アンダース・エリクソン, ロバート・プール 著  
土方奈美 訳

## 【先生からのコメント】

この本は、様々な「超一流」について30年来研究してきたエリクソンの研究をまとめたもので、超一流がいかに超一流になりえたのかを明らかにしたものである。

結論から言うと、超一流は膨大な時間の「正しい訓練」によって、ちょうど運動に使われる特定の筋肉が肥大するように、脳が肥大する（筆者達の言葉では「脳がムキムキになる」）ことで人間業とは思えない技術を獲得していることがわかった。超一流のバイオリン奏者の演奏に関わる脳の部位は一流の奏者に比べてもより肥大していたという。そんな脳の変化を起こす正しい「訓練の方法」についてはぜひ本書を読んでほしい。あなたの学習やトレーニングが効果的になること間違いなしである。



『歴史が面白くなる東大のディープな日本史』

相澤理 著

## 【先生からのコメント】

本書は東進ハイスクールの講師である相澤理が東大の入試問題を解説したものであるが、これが面白い。単なる受験参考書ではないのだ。

東大の日本史の入試問題は、暗記だけでは解けない歴史の本質を問題としているため、問題を解くためには深い理解が必要である。その深い理解は私たちが当たり前と思っていた歴史的な見方・考え方を根本から突き崩すものであり、その発見がこの本をとっても楽しいものになっている。たとえば江戸時代の参勤交代は、幕府に反乱を起こさないよう、お金を使わせるために行われたと習った人が多いと思う。しかしそれは参勤交代の本来の目的ではなかった。では参勤交代の本当の意味は何だったのだろうか？答えは本書で。

2017年12月1日

近畿大学中央図書館