

# 学習について

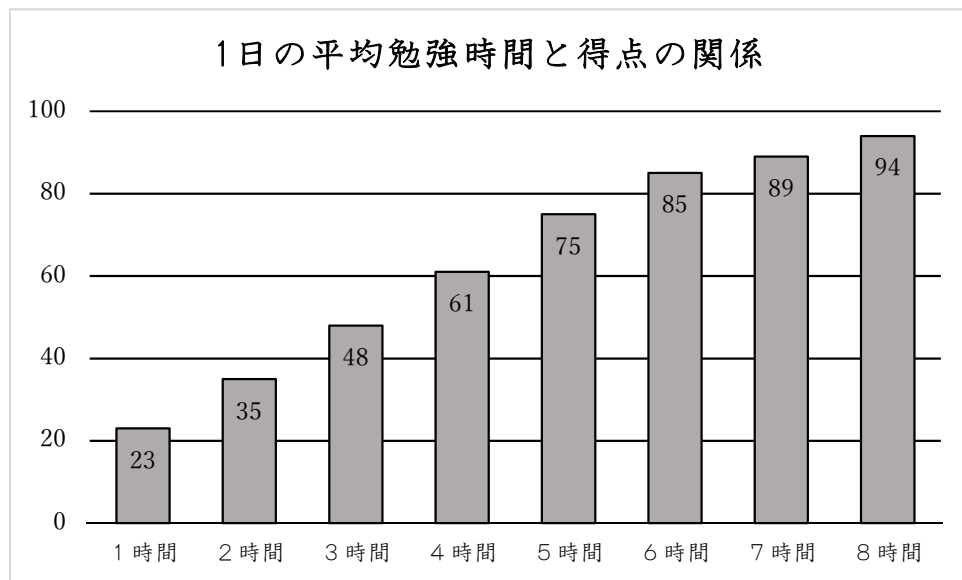
～めざせ、学びの「鉄人」～

覚える〔記憶する〕ことの実験結果で、定説になっている数字があります。  
学習した後、**1時間で50%忘れる**  
**1日で69%忘れる**



そして、**2日で80%忘れる**とされています。しかし、学習直後に反復練習をすると、今度は逆に、「**70%は覚えている**」のだそうです。復習効果があるのが、数字の上からも明らかであり、家庭学習でその日の授業を「**復習する**」ことが、学力を身につけていく上で重要であることを示しています。

ある中学校の先生が調べた「1日の平均勉強時間とテストの得点との関係」の統計もあります。



※期末テスト1週間前からの勉強時間とテストの得点を、中学3年生の生徒300人を対象に調べたものです。  
勉強時間は塾などの学習時間も含めているので、かなり多い感じになっていますが、「テスト1週間前」の勉強の取り組みの一つの目安にはなるでしょう。

## 「成績は勉強時間に比例する！」

とても基本的なことですが、**成績は勉強時間に比例する**。当たり前のことのように聞こえると思いますが、これが意外に「当たり前」になっていないような気がします。成績を伸ばすための一番確実な方法は「**勉強時間を増やす**」ことであり、学習したことをしっかりと覚え、記憶の中定着させるためには、その日のうちにもう一度「**復習する**」ことです。

「勉強しただけ結果が出る。」というけれど、グラフを見ると、こんなにはっきり出ると驚くほどです。きっと私たちの学校でも、同じような結果が出るのではないのでしょうか。

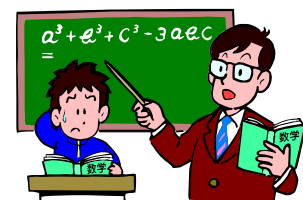
ただ、「勉強をやったけど、それほどすぐには伸びなかった。」という場合もあります。特に不得意な科目は、最初は何をどうやっていけばいいかわからず、「伸びるまでに時間がかかる。」ということもあるでしょう。すぐに結果が出なくても、諦めず取り組んでいくことがやはり大切です。「やらずに伸びる、いい点が取れる。」ということはないのですから。

# 「学習への姿勢を見直そう！」

中学校3年間は、早く過ぎ去るものです。4月から始まった新クラスでの生活で、クラスの友人関係にも慣れてきて、日々の生活にリズムが生まれてきていると思います。

しかし、慣れてくるということは、逆にたるんだ姿に結びつきやすく、授業に対しても真剣味を失い惰性に流され、授業内容がわからなくなっても、焦りや不安をあまり感じなくなってしまうということにもなりかねません。授業に臨み、“分かる喜び” “できる自信” をつけていくことが、学校生活を充実させる大切な要素であることは、言うまでもありません。

そこで、中学校での学習について、改めてアドバイスをしたいと思います。中学生は3年間で大きく成長します。その発達段階で、やっておかなければならない学習に対する姿勢・習慣があります。中学生として身につけるべき学習に対する姿勢・習慣は、“**授業を真剣に聞き、どこが大切なのを理解し、家庭学習の習慣をつける**” が大切です。



## 【授業に関して】

あらためて授業に関する大切なポイントを確認しましょう。

### (1) 忘れ物をしない。

当たり前のことですが、慣れてくると、教科書やノートを忘れてくることが目立ってきます。授業中に、資料集を見ながら説明を聞くのと、そうでないのでは、学習効果に大きな差が出ます。翌日の授業の持ち物は、前日の夜に揃える習慣を確立しよう。

### (2) 予習をする。

予習を実際に行う人は、かなり少ないと思いますが、そんな大げさに考えることはありません。教科書に目を通して、明日の授業では、「何について勉強するのか」を知っておくだけでも効果があります。時間に余裕がある人や前向きに取り組める人は、翌日の授業で勉強する教科書の本文を読んだり、わからない(又は読めない、意味が分からない)漢字は、辞書で必ず引いて、読みや意味を調べたりしておくことで授業中の理解も深まります。英語は、単語を調べたり、本文を訳したりすることが大切です。

### (3) 目的意識をもって授業に取り組む。

授業を受ける際に大切なことは**目的意識をもって取り組む**ことです。どのようなことも目指すところがはっきりしている人とそうでない人で、同じ時間を過ごしていてもその取り組みや成果に大きな差がでるものです。先生方は、授業の初めに授業の「めあて」についてお話してくれます。そのお話をもとに、その授業の中で「何を学ぶのか」そして、「何ができるようになればいいのか？」をいつも意識して授業に臨むようにしましょう。

### (4) その日のうちに復習する。

先週見たTVのストーリーを覚えていますか？ おそらくほとんど忘れているでしょう。人間の記憶は、忘れるようにできています。ですから、今日習ったことは、その日のうちに復習することが必要になります。「ノートに書いてあるから、試験前に勉強すればいいや。」と考えていると、効果は上がりません。先ほどの定説を、もう一度見直してみてください。

### (5) 宿題・課題・提出物は、必ずやる。…これは、当たり前ですね。

## 【家庭学習に関して】

家庭学習は、気分次第の行き当たりばったりの学習ではなく、日々の家庭学習計画に沿った学習を行うことが大切です。すでに学校から帰宅後のスケジュールが出来上がっていると思いますが、それを確実に実行していくことが、学力の向上につながります。

### ★家庭学習の具体的なアドバイス

- (1) まず宿題・課題を行います。
- (2) その日の授業で学習した内容を復習します。復習は、教科書やノートを読み返したりノートに書かれた内容をもう一度理解したりします。その際、自分の苦手なところや疑問に思ったところなど、必要に応じてまとめ用のノートを作り、重要ポイントを書き直します。特に、その授業の「めあて」に対して、自分が「まだまだ・・・」と感じるところは、今後の家庭学習を行う上で計画的に補えるようにしましょう。
- (3) 復習の時間を十分取った後、翌日の授業の持ち物を揃えながら、予習を行います。

- ① **まず、決めた時間に机に向かい、今日の授業を復習します。**
- ② **次に、翌日の授業に必要なことを予習します。**

〈学習時間の目安〉 1年生・・・2時間    2年生・・・3時間    3年生・・・4時間

