

効率の良い勉強法とは？

学校総合体育大会が行われていますが、一方で期末テストまで1週間となりました。テスト勉強の方ははかどっているでしょうか。大会期間中の自習時間を活用してたくさん勉強できている人、大会で勉強どころではない人など、状況は様々だと思います。それに加えて、小学校の時のテストとは違い、簡単に(と言っては失礼かもしれませんが)高得点を取ることは難しく、中間テストの結果に悔しい思いをした人も多かったのではないのでしょうか。とはいえ、中間テストの反省を生かさずに勉強をしてしまっただけでは同じ過ちを繰り返す可能性が高いです。そこで勉強に関するあるお話をします。

「エビングハウスの忘却曲線」というものを聞いたことがあるでしょうか。それはドイツの心理学者であるヘルマン・エビングハウスが、人間の長期記憶について研究した結果、提唱された考え方です。細かいことまで詳しく説明すると長くなってしまうので省略しますが、記憶を定着させるためには、できる限り早く復習することが大事である、ということが言われています。毎日の授業の復習もそうですが、テスト勉強においてもそれは言えて、例えばワークをやるにしても、繰り返しやるのが大事なのももちろんですが、それをできる限り短い期間で行うことで、記憶として定着していきます。

期末テストまであと一週間。ワークを一回で終わらせるのではなく、何回も繰り返し行って記憶を定着していきましょう。そうすれば、自分の目標を達成できるかも・・・？

◇ 来週の予定 ◇

6月	行事等	1 限	2 限	3 限	4 限	5 限	6 限
23日 (月)	(市学総)	水1	水2	水3	水4	水5	
24日 (火)	(市学総)	木1	木2	木3	木4	木5	木6
25日 (水)		金1	金2	金3	金4	金5	
26日 (木)	期末テスト	学活	数学	国語	理科		
27日 (金)	期末テスト 表彰集会	音楽	社会	英語	表彰集会		

※水泳授業に伴う事前の健康調査の提出期限が23日(月)までになっています。忘れずに提出してください。三者面談の日程希望の方も早めに提出をお願いします。