

学力向上 通信

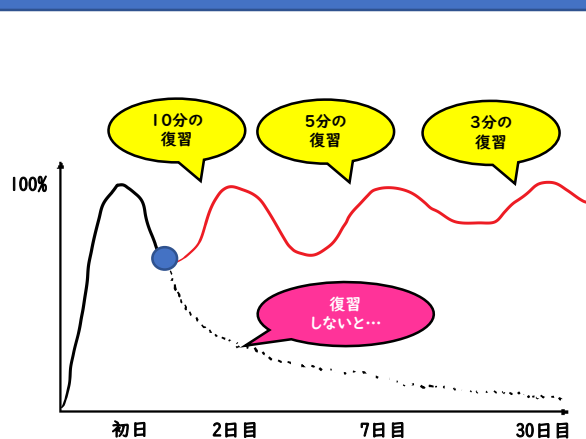
2023.06.19(月)



期末テストへ
向けて!!
2種類の学習法

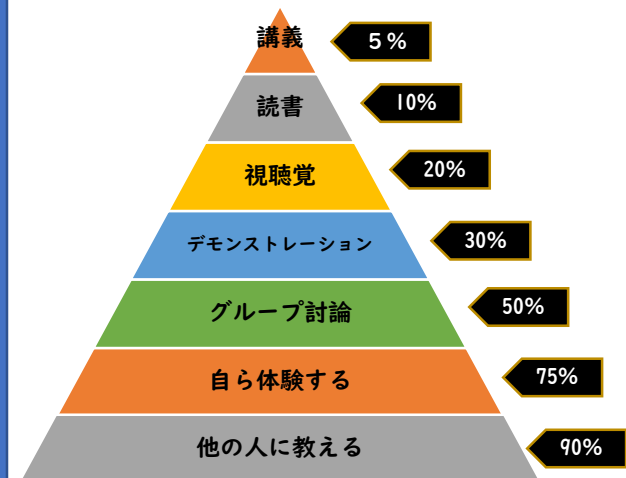
突然ですが、高井田中学校の先生たちの中には、学力向上委員会というチームがあります。そこでは、みなさんの学力を伸ばすためにどうすればよいかを日々考えています。そこで、この度『学力向上通信』を発行し、何か少しでもみなさんの役に立つことを発信できればと思います、今回の通信を作成することに決めました。

あと少しで期末テストがやってきます。より良い勉強法を見つけるきっかけとなれれば願い、下に2つの研究結果を紹介します。参考にしてください(^^)



このグラフは、カナダのウォータールー大学の研究結果によるものです。記憶したものは、どんどん忘れてしまうものですが(グラフの点線)、24時間以内に復習をすると10分程度で記憶したことが戻ります。同様に、1週間以内に再び行くと5分程度、1ヶ月以内だと3分程度の復習で、元の記憶を取り戻すことができるというものです。

これらのことから、復習というものは、後から一気にやるのではなく、こまめに繰り返し行う方が定着するということがわかります。



この図は、アメリカの国立訓練研究所による研究結果です。学習方法と平均学習定着率の関係をピラミッド状に表したものです。詳しく見ると、人の話を聞くだけの講義への参加では5%程度の定着、読書をする、その内容の10%程度、逆に他の人に教えるという行動をすると90%程度の定着につながるというものです。

つまり、できる限り、ピラミッドの下の方に位置する行動をとるほど、学習したことが定着しやすいということです。(それらの行動をアクティブ・ラーニングと言ったりもします。)

この2つの結果から、オススメの勉強法として

◆毎日少しずつ、といった「こまめな学習」 ◆学んだことを「人に説明してみる」
を紹介します。

あと少しで期末テストです。「いつやるか?」「今でしょ!!」

※今回紹介した2つのデータは、あくまで二次情報である上、学習には個人差があるため、あくまで参考としてご活用ください。