



学習効率を上げたいなら、授業の受け方を見直そう の巻

学校生活にもすっかり慣れてきましたね！ もうすぐ夏休み……に入る前に、授業の受け方についてちょっと振り返ってみてほしいと思ってお便りです。

Check! 01

成績がいまいち…と悩んでいる人へ。授業の受け方どうですか？

◆平日の、起きている時間の約3分の1が授業です。そんなに皆さんの生活のうちの多くを占めている授業を、こんな風に受けている人はいませんか。……というか、実際たまにお見かけするのですよ……。

- ①授業中にノートをとらない、メモとらない、聞いているだけ。
- ②「ここ大事だよ」などと言われたときだけ、とりあえずメモする。
- ③メモを取り始めるまでに時間がかかる(ので書いていっているうちに授業が先に進んでしまい、次の重要ポイントを聞き逃す)。



◆どんなに先生の話真剣に、あるいは楽しく聞いていても、一日を終えてから細かいポイントまでメモ無しで思い出せるでしょうか。その日はともかく、数日後には？ 得意科目はともかく苦手科目では？ 事細かに説明できる？ 面白かった話は思い出せても、他はちょっと大変じゃないですか？

また、「ここが大事」と先生が示すポイントは確かに大切なのですが、先生は「あなた(だけ)にとって大切なポイント」を全部教えてはくれません。どこが理解できているか、あるいはそうでないか、一番わかっているのはあなた自身だけ。ですから、「自分にとって大切なポイント」は自分で判断し、自分で(思い出しやすいように)メモをとらなければなりません。授業の中で「前にそんなこと言ってたっけ？ 覚えてないなあ」「あっ、忘れかけてた！」というところがあつたら、「そうなのか～」と頭の中で思うだけで終わらせず、必ずメモをとりましょう！ 人間は忘れやすい生き物なので！

◆タブレットよりも手で紙に書いた方が、身体感覚として記憶に残りやすいそうです。また、タブレットよりもノートの方が「このあたりに書いたような気がする」という位置の記憶が残りやすく、内容記憶と結びついて印象に残りやすいとも。ノートやメモの取り方について [web](#) で調べてみてもよいですね！ いろんな方法や工夫が紹介されていますよ。

Check! 02

成績の良い人は授業中や授業後に何をしている&考えているのか？

◆成績が良い人、「この教科は得意だ」という人のノートを見ていると、こんな特徴があるように思います。

- ① 必ずノートをとっている。ノートは授業中にとったメモがたくさん。しかも他の人が見ても理解しやすい(ことが多い)。
- ② 先生が「ここは大事」と言ったところはもちろん、自分が大切だと思ったところもメモ(することで記憶を強化している)。

◆「その日学習したことはその日のうちにきっちり覚えよう」と意識している人も多いです。その人たちは授業にとても集中しています。前に学んだことを思い出したり、結び付けたり、すぐ応用してみたりと、頭をフル回転させているのです。

◆隙間時間の活用もしているようです。そう、机の前に座ってやることばかりが勉強ではありません。ちょっとした待ち時間や、帰宅中や、帰宅してちょっとおやつを食べながらとか、「そういえば今日の授業でやったことを思い出せるかな、人に説明できるかな」って頭の中で反芻するだけでもいいのです。覚えていればよし。忘れていたら「今夜は絶対そこ復習しよう、何ならいま調べよう」を繰り返せば定着しやすくなります。そんな小さな思考と行動を、どれだけ積み重ねるかだと思います。

◆ということで、今日から夏休みに入るまで、そこを意識して授業中&授業後を過ごしてみませんか？





成績に悩んでいるなら、授業の受け方を見直してみよう の巻

新教研テストお疲れさまでした。自分なりの手ごたえを感じている人もいれば、困っている人もいます。困っている全員が今回の話に当てはまるというわけではないのですが、ちょっと振り返ってみてほしいと思っております。

Check!
01

成績がいまいち…と悩んでいる人へ。授業の受け方どうですか？

◆平日の、起きている時間の約3分の1が授業です。そんなに皆さんの生活のうちの多くを占めている授業をこんな風を受けている人はいませんか。……というか、実際たまにお見かけするのですよ……。

- ①授業中にノートをとらない、メモをとらない、聞いているだけ。
- ②「ここ大事だよ」などと言われたときだけ、とりあえずメモする。
- ③メモを取り始めるまでに時間がかかる(ので書いていっているうちに授業が先に進んでしまい、次の重要ポイントを聞き逃す)。



◆どんなに先生の話真剣に、あるいは楽しく聞いていても、一日を終えてから細かいポイントまでメモ無しで思い出せるでしょうか。その日はともかく、数日後には？ 得意科目はともかく苦手科目では？ 事細かに説明できる？ 面白かった話は思い出せても、他はちょっと大変じゃないですか？

また、「ここが大事」と先生が示すポイントは確かに大切なのですが、先生は「あなた(だけ)にとって大切なポイント」を全部教えてはくれません。どこが理解できているか、あるいはそうでないか、一番わかっているのはあなた自身だけ。ですから、「自分にとって大切なポイント」は自分で判断し、自分で(思い出しやすいように)メモをとらなければなりません。授業の中で「前にそんなこと言ってたっけ？ 覚えてないなあ」「あっ、忘れかけてた！」というところがあつたら、「そうなのか～」と頭の中で思うだけで終わらせず、必ずメモをとりましょう！ 人間は忘れやすい生き物なので！

◆タブレットよりも手で紙に書いた方が、身体感覚として記憶に残りやすいそうです。また、タブレットよりもノートの方が「このあたりに書いたような気がする」という位置の記憶が残りやすく、内容記憶と結びついて印象に残りやすいとも。ノートやメモの取り方について web で調べてみてもよいですね！ いろんな方法や工夫が紹介されていますよ。

Check!
02

成績の良い人は授業中や授業後に何をしている&考えているのか？

◆成績が良い人、「この教科は得意だ」という人のノートを見ていると、こんな特徴があるように思います。

- ① 必ずノートをとっている。ノートは授業中にとったメモがたくさん。しかも他の人が見ても理解しやすい(ことが多い)。
- ② 先生が「ここは大事」と言ったところはもちろん、自分が大切だと思ったところもメモ(することで記憶を強化している)。

◆「その日学習したことはその日のうちにきっちり覚えよう」と意識している人も多いです。その人たちは授業にとても集中しています。前に学んだことを思い出したり、結び付けたり、すぐ応用してみたりと、頭をフル回転させているのです。

◆隙間時間の活用もしているようです。そう、机の前に座ってやることばかりが勉強ではありません。ちょっとした待ち時間や、帰宅中や、帰宅してちょっとおやつを食べながらとか、「そういえば今日の授業でやったことを思い出せるかな、人に説明できるかな」って頭の中で反芻するだけでもいいのです。覚えていればよし。忘れていたら「今夜は絶対そこ復習しよう、何ならいま調べよう」を繰り返せば定着しやすくなります。そんな小さな思考と行動を、どれだけ積み重ねるかだと思います。

◆ということで、今日から夏休みに入るまで、そこを意識して授業中&授業後を過ごしてみませんか？



成績に悩んでいるなら、授業の受け方を見直してみようの巻

新教研テストお疲れさまでした。3年生の自己採点をみると、すごく頑張っているのがわかります。それでも「どうしても伸びないなあ」と困っている人へ、ちょっと振り返ってみてほしいと思ってお便りです。

Check! 01

成績がいまいち…と悩んでいる人へ。授業の受け方どうですか？

◆授業をこんな風に受けている人はいませんか。まさか3年生には……いや、たま～に見かけ……る……？

- ①授業中にノートをとらない、メモとらない、聞いているだけ。
- ②「ここ大事だよ」などと言われたときだけ、とりあえずメモする。
- ③メモを取り始めるまでに時間がかかる(ので書いているうちに授業が先に進んでしまい、次の重要ポイントを聞き逃す)。



◆3年生になるとかなり細かい(と思える)ことも非常に重要で、しかもその量がとても増えています。

どんなに先生の話真剣に聞いていても、一日を終えてから細かいところまでメモ無しで思い出せるでしょうか。その日はともかく、数日後には？ 得意科目はともかく苦手科目では？ 事細かに説明できる？

また、「ここが大事」と先生が示すポイントは確かに大切なのですが、先生は「あなた(だけ)にとって大切なポイント」を全部教えてはくれません。どこが理解できているか、あるいはそうでないか、一番わかっているのはあなた自身だけ。ですから、「自分にとって大切なポイント」は自分で判断し、自分で(思い出しやすいように)メモをとらなければなりません。授業の中で「前にそんなこと言ってたっけ？ 覚えてないなあ」「あっ、忘れかけてた！」というところがあったら、「そうなのか～」と頭の中で思うだけで終わらせず、必ずメモをとりましょう！ 人間は忘れやすい生き物なので！ ノートやメモの取り方について web で調べてみてもよいですね！ いろんな方法や工夫が紹介されています。きっとあなたに合うものもある！

Check! 02

成績の良い人は授業中や授業後に何をしている&考えているのか？

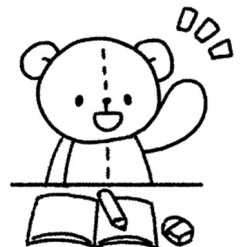
◆成績が良い人、「この教科は得意だ」という人のノートを見てみると、こんな特徴があるように思います。

- ① 必ずノートをとっている。ノートは授業中にとったメモがたくさん。しかも他の人が見ても理解しやすい(ことが多い)。
- ② 先生が「ここは大事」と言ったところはもちろん、自分が大切だと思ったところもメモ(することで記憶を強化している)。

◆「その日学習したことはその日のうちにきっちり覚えよう」と意識している人も多いです。その人たちは授業にとても集中しています。前に学んだことを思い出したり、結び付けたり、すぐ応用してみたりと、頭をフル回転させているのです。

◆隙間時間の活用もしていますね。ちょっとした待ち時間や、帰宅中や、帰宅してちょっとおやつを食べながら、「そういえば今日の授業でやったことを思い出せるかな、人に説明できるかな」って頭の中で反芻するだけでもいいのです。覚えていればよし。忘れていたら「今夜は絶対そこ復習しよう、何ならいま調べよう」を繰り返せば定着しやすくなります。そんな小さな思考と行動を、どれだけ積み重ねるか、です。

◆ということで、今日から夏休みに入るまで、そこを意識して授業中&授業後を過ごしてみませんか？ 自分の授業の受け方を得意科目と苦手科目で比較してみるのも、何か得られるかもしれませんね。



★いやいや、ずーっと前の単元でわからない・忘れてることが多くて……という人は、以前の教科書や問題集、スタディサプリなどで、「①応用までできる/②理解はしているが応用が難しい/③理解できていない」を仕分けしてみて、②③を徹底的に復習してみてください。中1からやり直しても、いまの皆さんなら案外時間は少なく済むはず。前のところがわかると、後のところも理解が進みます。知識がつながって、面白くなってくるはず。秋からの大ジャンプのために、今日から思い切った「やり直し」をしてみてください！