

3年 進路・学習だより

令和6年6月5日
金沢市立長町中学校
第3学年
No. 4

現在わかっている人間の記憶の仕組み、脳科学を考えればこうするべきだという。

万人に向いている戦略なので、これから何を勉強し、どんな勉強法を選択して実践していくにせよこの勉強戦略に従って勉強するといひ。素直な心が人を成長させる。

無意味な音節を記憶し、その再生率を調べて導かれた忘却率の曲線。

20分後には、42%を忘却し、58%を覚えていた。

1時間後には、56%を忘却し、44%を覚えていた。

1日後には、74%を忘却し、26%を覚えていた。

1週間後には、77%を忘却し、23%を覚えていた。

1ヶ月後には、79%を忘却し、21%を覚えていた。

憶える対象が無意味なものの場合であり、意味がある場合パーセンテージは変わるので細かい数字は気にする必要はない。

忘却曲線からも分かるとおりの人間は忘れる生き物である。

脳の仕事はひたすらに忘れること。

よって憶えるためには何回も復習しなくてはならない。

しかし、ただ単に単純な復習をすればいいというものではなく、忘却曲線の結果にしたがって

スペースドリハーサルを使って計画的に復習したほうが確実に記憶できる。

忘却曲線の傾きを緩やかにするために工夫して勉強する。

さまざまな場所で紹介されている各種の勉強法は大概がこの②に分類される。

一言で言えば、浅い処理ではなく深い処理を行う。

浅い処理とは、ただ繰り返し暗唱をしたり、書いたり、聞いたりする勉強。インプットのみの暗記。

それに対して深い処理とは理解型の暗記、五感を使う、語呂合わせ、関連付け、体制化、図示する、語源(英単語や古文の場合)、人に教える・説明するなどといった勉強。思考を使ったアウトプットを加える。脳の仕事に逆らうのが勉強である。丸暗記してないで、ちょっとでも工夫すれば忘れにくくなり、復習する回数もすくなくてすむ。

思考を使ったインプットと思考を使ったアウトプットの工夫とくり返しをすれば良いということである。

何度も復習して覚えるのは大事。ただ、そもそも復習の回数を減らせるように工夫した勉強することを忘れてはいけない。

