

Clear

学習したことを定着させるには・・・

人間の脳は、物事を覚えた瞬間は100%ですが、20分後には42%、1時間後には56%を忘れます。1日経つと67%、2日後には72%まで忘れていきますが、以下のような状況であれば、記憶に残りやすいようです。

- *何かを学ぶとき、その知識が自分にとって意味があったり重要であったりすることは忘れない。
- *学習に時間をかけると、吸収する量が増える。
- *復習を重ねるごとに忘れにくくなる。
- *時間をかけて何度かに分けて学んだ方が学習効率の上昇がある。
- *学んだ直後から忘れていくが、最初は一気に忘れるが、次第にゆっくり忘れるようになる。

このようなことから、学習を定着していくには、繰り返しの学習が必要になります。また、新しいことを学んだ後、24時間以内に10分間の学習をすると記憶率は100%に戻るそうです。やはり、宿題により学習したことを定着させていけることが期待されます。



子供たちは、

「宿題をするのは面倒だな。」「量が多いな。」「この問題、学校で練習したときは分かったのに。」

と宿題があるとこのように思うものです。しかし、学習したことが自分の生活とつながっていることを実感できたり、買い物等で活用できたりするものです。今、

学習していることは自分の未来につながっていることでもあります。

その場の思いで「宿題、面倒だからやらない。」ではなく、自分の力をさらに高めるために学習する習慣を身に付けてほしいものです。

また、中学校では、部活動が始まったり、中間・期末テストがあつたりします。部活動に夢中になって、テスト勉強が間に合わない・・・と卒業生が嘆く姿を保護者の方からお聞きます。中学校に進学すると、自分で学習する時間を作り、何を予習・復習するのかを考えて取り組むことも必要になります。この休校期間中を、次へのステップとしてとらえる時間にすると、自身の主体性にもつながるのではないかと感じます。

エビングハウスの忘却曲線

