

江澤先生から生徒の皆さんへ

丸森町営学習塾では、生徒のさらなる家庭学習習慣の定着を目的として、江澤郭文先生から、学習に関するアドバイス・メッセージを不定期で皆さんにお届けします。生徒の皆さんのみならず、御家族で是非ご覧ください。

宿題のすすめ！！ (文責：江澤郭文)

●今回は宿題についてお知らせです！

最近宿題未実施がとても多いです。

理由は各々あると思いますが、**宿題は貴重な復習機会**になります。

皆さんはエビングハウスの忘却曲線(図1)をご存じでしょうか？

わからなければネットで検索検索う～！！

簡単にまとめると「**脳は復習しないと内容を66%～79%忘れてしまう！**」です。

せっかく授業で勉強した内容の半分以上を忘れてしまった状態だと、

テスト前に思い出すのに一苦労します。実に勿体ないです。

こまめに復習することにより記憶に定着していきます。

結果としてテスト前焦って勉強しなくてよくなります。

●もうひとつアドバイスです！

これもよく面談とかで話している内容ですが、**宿題までの道のりを細かく分解**してあげると、宿題をやり遂げやすくなります。

まず、フォレストとノートを机の上に出す。次に宿題のページを開く、

そのあとに問題を解いていく。もっと細かくできますがこんな感じです！

上記の道のりをまずは最小ステップを家に帰ったら必ず実行すると決めましょう！

そうすることで、「なんか準備したし始めよう～」 「2～3くらいやってみよう」という気持ちになってきます。数問やるだけで追加で問題を解けるようになってきます。

最初から「すべてやる！！」でなく「少なくともここはやってみる」に切り替えてみましょう。

エビングハウスの忘却曲線

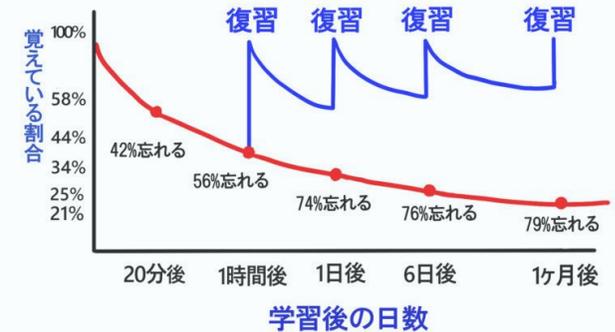


図1.エビングハウスの忘却曲線

