



学力アップだより

家族と音読
してみよう！

青柳小学校 令和3年2月5日 第2号



復習のススメ



～人間は忘れる。だからこそ、忘れないためのくふうを！～

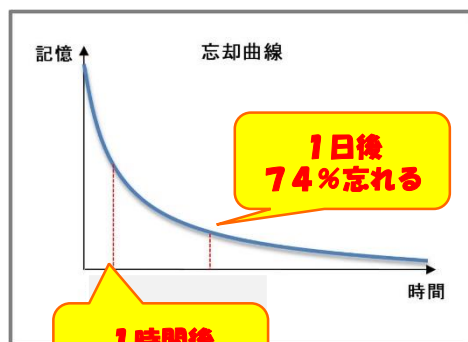
青柳小学校の今年の課題は、学力向上です。今回は、なんで宿題をする必要があるのかな。なんで復習する必要があるのかな。といったお話です。さてさて、なぜ毎日宿題をやったり、復習をしたりする必要があるのでしょうか。

○なんで、お家でも勉強する必要があるの？

学校で、勉強するのになんで家でも勉強しないといけないの。そう思っている人もいるかもしれません。それは、「人間は忘れる」という特性があるためです。

<エビングハウスの忘却(ぼうきゃく)曲線>

ドイツの心理学者、ヘルマン・エビングハウスは、記憶と忘却時間の関係を実験で明らかにしました。この結果を「エビングハウスの忘却曲線」というグラフに表しました。(右側グラフ参照)



○人は、どれくらいのスピードで忘れるの？

この実験から、20分後に42%、1時間後に56%、1日後に74%、1週間後77%、1ヶ月後79%も忘れてしまうそうです。

○では、記憶を忘れにくくするには！

「人間は忘れる」だからこそ、忘れにくくする方法を考える必要があります。忘れにくくするには、「定期的に復習をすること」が必要です。逆に言えば、「人間は、定期的に復習することで確実に定着していく力を備えている」ということです。忘れにくくするには復習の習慣化がポイントです。



うわー！
どんどん忘
れちゃう！

すぐに復習
しないと！

○効果的な復習のタイミングとは？

どのタイミングで復習すれば効率的なのでしょう？

ポイントは、「**できるだけ早めに復習をする**」です。できるだけ早く復習すると、記憶が鮮明のため、忘れていても短時間でよみがえります。それに比べ、1週間以上経過したあとの復習では、ところどころ完全に忘れてしまって、初めて記憶した時と同じ時間が必要となるのです。勉強を最初からやり直し！となります。

つまり、忘れているというのは、すぐに思い出せる状態の忘却と、完全に忘れている忘却に分かれるという事です。ですから、1日後の74%忘却と1ヵ月後の79%忘却では、復習するのに必要な時間が違います。ポイントは、簡単に記憶がよみがえるその日うちに、ノートを書いたり、各教科書を音読したり短時間で復習することです。

ぜひとも、効率的に勉強をしていきましょう。

○家庭でできる簡単に効果的な復習とは？

御家庭で、子供の学習を定着させるコツ、その秘訣は、まず、「**今日、学校でどんな学習したの？**」と声をかけて、「それで、それで？」と学習内容について会話をする事です。子供の学習の定着がわかります。あやふやになっているところは、その日のうちに、少しのアドバイスすることで、定着につながります。まずは、毎日、「今日、学校でどんな学習したの？」の声をかけてみてください。

