



平素はたいへんお世話になっております。塾長の条井です。
高校受験もいよいよ終盤に入ってきました。すでに合格を決められた皆さん、おめでとうございます！公立後期試験を受ける皆さんは、あと少しともに頑張っていきましょう。
まだ寒い日が続きますが、春においても時折感じられるようになりました。それぞれ、進級、進学を楽しみに日々を過ごしましょう。



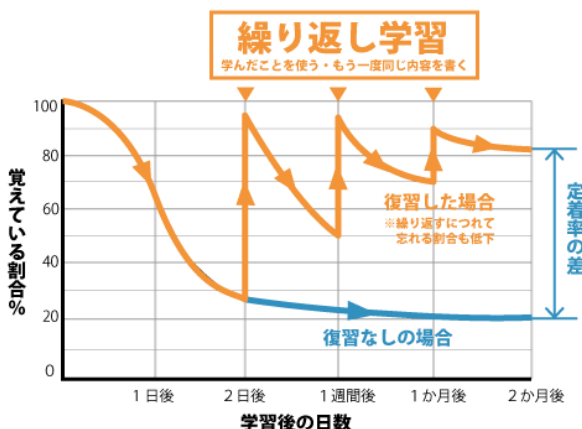
間違っていた？勉強法 脳のしくみに合った勉強法とは②

エビングハウスの忘却曲線の意味とその補完

前回、エビングハウスの忘却曲線は古い研究結果で、不十分なものであることをお伝えしました。今回は、その本当の意味と、その後の研究によってもたらされた新たな知見をご紹介します。

エビングハウスが行った実験は科学的なものであり、結果は事実だということができます。しかし、現代ではその意味があまりに大雑把に理解されているようです。それは、「人間の脳は忘れるようにできている。何かを学習するとき、繰り返し復習することによって、定着することができていく」というものです。この表現は間違っていないのですが、その後の研究によって、どんな「復習」の仕方をするとういのか、「復習」するまでの期間をどのくらいがよいのか、といった要素が、学習の定着に大きく影響することがわかってきています。つまり、「繰り返しがよい」とひと言で言っても、効果のある「繰り返しがよい」とそうでない「繰り返しがよい」というのです。では、どんな「繰り返しがよい」のでしょうか？

エビングハウスの忘却曲線 (脳の忘れるしくみ) より



効果的な繰り返しの方法

①「覚え直す」よりも「テスト」

例えば、英単語を覚える場合、復習をするときに、単に覚え直すよりも、必ずまず自分で覚えているかテストをしましょう。記憶は「引き出す」ことでより増強されるからです。一度思い出すと、その記憶は新たな記憶に生まれ変わるのだそうです。

なので、問題集なら繰り返し使えるように、答えは問題集ではなくノートに書いて使いましょ。学校に提出する必要がある問題集も、繰り返し問題を解いてから、提出期限ぎりぎりまで答えを記入しましょう。もしくは、暗記シートで消えるオレンジ色のボールペンで書き込む手もあります。

②一旦「忘れる」

また、脳は、忘れていた記憶を再び見つけた時に、より深く定着させる性質があります。筋トレも1日休息をとってした方がより筋肉が増強されるのに似ています。同じ内容を毎日繰り返すよりは、1、2日空けて復習すると、1つのことの学習に費やす時間を節約でき、かつ有効に定着できるのです。ちなみに、適切とされる学習の間隔は、試験が1、2週間後であれば1~2日、試験が1か月後なら1週間程度、という研究結果があります。テスト勉強の計画を立てる際は、同一の単元の勉強は数日間おいて繰り返すように工夫するとよいでしょう。

また、以上のことから考えると「たくさん書いて覚える」という方法はいかにも“がんばってる”感がありますが、効率が悪い方法だと言えます。それよりも、“間隔をおいて自己テスト”をすることです。今回はそのほかの要素についてお伝えします。

受験の鉄則 十か条

中3生には以前伝えたものですが、再度確認しておいてください。学力試験に臨む上で気をつける十か条です。これまでの努力を最大限に発揮してください。

【受験の鉄則】

一. 最初に、受験番号、(名前)、志望校を書く。

問題に集中していく前の儀式のようなもの。

二. 問題をよく読む。

問題はポイントに印をつけながら舐めるように読む。さらに出題者の意図をくみ取る。

三. わかる問題から解く。

満点を取る必要はない。できそうな問題から先に解答する。

四. 字をていねいに書く。

解答は採点者へのラブレター。誤解なく確実に伝わる字で。

五. 選択問題は、消去法で解く。

ダミーの選択肢を見抜く。

六. 見直しをする。

見直しの時間を確保。みんなができない難問に時間をかけるより、見直しをして取れる点を確実に取る。

七. 解答欄が合っているか確かめる。

見直しと同時に必ずこれもする。

八. 解答欄はすべて埋める。

どうしてもわからない問題があったとしても最後には何か書く。点が増えることはあっても減ることはない。

九. 緊張してもよい。

緊張はむしろした方がよい。真に成功を望んでいる証拠です。その緊張を楽しむくらいの心持で。

十. 直感を信じる。

迷ったら自分の直感を信じる。

補足) 当日、終わった科目は振り返らない。次の科目へ集中。



すさら学習ランキング

すさらの学習量の校内ランキングです。

<期間>2015年1月18日~2月20日まで ※名前はハンドルネーム

【学習時間ランキング】

- 1位 30時間 23分 46秒 : LOVE LAIKA
- 2位 17時間 56分 23秒 : TKM KKRK
- 3位 14時間 43分 30秒 : ガンダムグシオン
- 4位 13時間 55分 53秒 : マイアミ
- 5位 13時間 24分 59秒 : 変顔二重あご星人
- 6位 12時間 27分 29秒 所属 : ★7 ゆいが
- 7位 12時間 25分 49秒 所属 : rintarou
- 8位 11時間 14分 40秒 : はるな
- 9位 9時間 58分 50秒 : cba
- 10位 9時間 46分 53秒 : Ze4s

【クリアユニット数ランキング】

- 1位 59ユニット : LOVE LAIKA
- 2位 37ユニット : pocky sweets
- 3位 25ユニット : TKM KKRK
- 4位 22ユニット : ガンダムグシオン
- 5位 16ユニット : SNT
- 6位 15ユニット : マイアミ
- 7位 14ユニット : 忍野 しのぶ LOVE
- 8位 13ユニット : 勉強大好き (涙目)
- 9位 12ユニット : cba
- 10位 11ユニット : ★7 ゆいが



成績アップ速報!

H27年度中1・2年3学期期末テスト(入塾前と比べて)

【1科目10点以上アップ者】

- 中1男子 : 数学14点アップ、英語21点アップ、社会12点アップ
- 中1男子 : 数学16点アップ、社会12点アップ
- 中1男子 : 数学13点アップ、社会15点アップ
- 中2男子 : 英語26点アップ、国語24点アップ、理科63点アップ、社会11点アップ
- 中2男子 : 数学40点アップ、理科12点アップ、社会12点アップ

がんばりました!



成績アップの続き

中2男子：数学 35 点アップ、理科 30 点アップ、社会 12 点アップ

中2男子：理科 31 点アップ、社会 30 点アップ

中2男子：数学 41 点アップ

中2男子：社会 14 点アップ

【得点 90 点超え】

中1男子：理科

中2女子：理科



お知らせ

●春期講習のお知らせ

進学、進級に備えて、春休み中にしっかり復習をしておきましょう。

対象： 新小学 4～6 年生、新中学 1～3 年生

期間： 3 月 16 日（水）～4 月 6 日（水）

内容： 旧学年の総復習。個々の弱点克服のためのオーダーメイドカリキュラム。

詳しくは、別紙ご案内をご覧ください。



●新年度のご希望調査のお願いと、新規生ご予約受付のお知らせ

ご新規で3月からというお話を何件かいただいておりますが、今後の座席は、今お通いいただいている皆様と、皆様からご紹介いただいた方を優先して確保させていただきます。

ご新規の方は体験講習がありますので、ご紹介などありましたら、お早目にお知らせいただくと座席調整のためたいへん助かります。

既存生の皆様には、新年度のご希望の曜日、時間、回数を改めてお知らせいただければと思いますので、別紙の新年度ご希望調査でご提出いただくか、または、メールかお電話でお知らせいただいてもかまいません。お手数おかけしますがよろしく願いいたします。

●高校生コースのお知らせ（高1・2） ※継続生については3年生まで通塾可能になります

高校の学習内容は、中学に比べて一段と難しくなります。「すらら」の高校版もたいへん良い教材になっています。使い慣れた「すらら」で高校の勉強もスムーズに進めていきましょう。高校生コースは3月中は無料でお通いいただけます。

また、これまで高校生コースは、高校 1、2 年生に限って受け入れてきましたが、中学コースからの継続生に限っては3年生も続けてお通いいただけます。

お申し込みは、別紙ご案内をご覧ください。

●卒業記念パーティー開催予定



中学卒業となる生徒さん対象で、記念パーティーを開催いたします。みんなでゲームや食事などをして楽しみましょう！

【日時】3月14日（月）17：00～21：00 くらい

【場所】SOUMEI 塾 【参加費】無料

●ご紹介カード

新規生をご紹介くださるときは「ご紹介カード」をお使いください。ご紹介者の方には 2000 円の図書カードを進呈させていただきます。ご紹介カードはいつでも配布いたします。

塾長雑感

◇私がお手伝いしている子育て支援の施設で、先日、低学年の女の子たち数人に、「探検」と称して河原の藪の中を歩いたり浅瀬を渡ったりする遊びの付き添いをしました。河原は危険だし子ども達の元気さにつきあうのは疲れるのですが、私も子どものころよく遊んでいたことを思い出して、あの頃のワクワクした気持ちが甦りとても楽しい時間となりました。私はこういう探検が好きなのは男の子だけなのかと思っていましたが、そうでもないんですね。◇東京には経営者向けの「森へ入って自分を見つめ直す」というワークをやっている会社があるそうです。森へ入ると様々な感覚が開かれるのだそうです。幸い信州にはまだ自然がたくさん残っています。この貴重な恩恵はたくさん享受したいですね。