

Go for it !

令和6年5月27日(月)

錦中学校 学びて通信 #7

文責：主幹教諭 犬童朋之

計画×集中力×時間

3年生は、今日の実力テスト、どうでしたか？明日は2日目です。最後まで粘り強く取り組んでいきましょう！

ところで、みなさんは、学習の成果を上げるためにはどうしたらよいか、1度は考えてみたことがあるでしょう。時間は限られています。元外交官の佐藤優さんは、学習の成果に関して、次のように述べています。

学習の成果＝「(合理的) 学習計画」×「集中力」×「学習時間」

ここで注目したいのは、式が掛け算になっているということ。つまり、目標に向かって計画を立て、集中力をもって、学習時間を確保すれば、相乗的な効果がみられるということです。

逆をいうと、計画的でない学習（テスト前日の夜にあわてて取り組むなど）は、あまり効果がみられないということですね。

★テスト本番までの計画を立てる

まずは、テスト本番までの計画を立てましょう。例えば、家庭で1日2時間ずつ学習に取り組むとします。1時間ずつ区切って「英語1時間」「数学1時間」などとしていきます。克服したい教科は、多めに時間を設定するといいですね。計画は紙に書き出し、机に張っておき、確かめながら進めてみましょう。

★集中力を大切に！

学習結果の式の中に、「集中力」が出てきていました。式が掛け算となっていることから、「集中力」がない学習は、効果が出にくいことがわかります。集中力を出すために、どのようにしたらよいか。それは、

- ①ゴール時間を意識する。タイマーで15～20分間計る。
- ②机上を整理する。学習のことにのみを考える環境にする。
- ③集中できる朝の時間に取り組む。

などです。ぜひ、集中力を大切に、取り組んでください！きっとよい成果を出せますよ！

学習は「計画」「集中」「時間」！