

練習の成果を発揮した中体連大会！

先週末の中体連大会、それぞれの競技で本当によく頑張りました！！これまでの練習の成果を発揮し、保護者や地域の方々に「錦中魂」を見せることができました。また、順延になった競技に出場する皆さんは、心身ともに調子を整えておきましょう！

定期テストまで、残り2週間となりました。今度は、学習に集中する時です。本番まで「錦魂三ヶ条」で出されている「計画的・継続的な家庭学習」に取り組んでいきましょう。学習は「計画的」かつ「継続的」にすると、成果が出てきます。「継続的」とは、繰り返し続けて取り組むという意味ですね。

★「繰り返し」の大切さ

それぞれの部活動の練習では、毎回必ず取り組む内容があると思います。例えば、野球だったら「キャッチボール」、サッカーだったら「2人組のパス練習」、バスケットボールだったら「ランニングシュート」などです。

このような基本練習こそ大切です。大切だからこそ、無意識にできるようになるため、毎回繰り返し練習するのです。また、基本練習を手を抜かず、真剣に取り組む人ほど、上達も早いと言われています。基本をないがしろにすると、その後の上達は難しいということです。

学習も「繰り返し」が大切です。例えば、英語だと単語を繰り返しノートに書いて覚える。教科書の例文を繰り返し音読する。他の教科では、ワーク問題で間違えたところを、間違えなくなるまで繰り返し解くなどです。同じことを2回、3回と繰り返すことにより、学習が確実に定着してきます。

★間違いを次に活かそう！

それぞれの学年で、テスト範囲のプリントが配ってありますね。特に1年生は、内容をよく見てください。そして、書かれている内容に確実に取り組みましょう。2回、3回と繰り返すことで確実に効果がでます。

同じ時間で取り組むならば、新しいことより、自分が間違えたところを「繰り返し」解く方が効率的です。「繰り返し」こそ、上達の近道です。

「反復」こそ上達の近道！