



テストの解き直しを…

明日、「到達度確認テスト」の答案を返却しますが、納得できる結果だったでしょうか。どのテストでもそうですが、点数の良い悪いで一喜一憂するだけでは困ります。テストの目的は、ズバリ「理解できていない箇所を点検する」ことです。できなかった問題は必ず解き直しをして、理解するようにしたいものです。教科書やノートを読み返し、似たような問題を反復練習するようにしましょう。もし、教科書やノートを見ても、正解を導けなかったり、理解ができない時には、迷わず先生に聞いてみたり、その教科が得意な友人に聞いてみてください。

忘却曲線って？

忘却曲線（英：forgetting curve）というのはドイツの心理学者、ヘルマン・エビングハウスが導き出した理論で、時間の経過とともに人の記憶がどのように変化していくかを示したものです。彼は、意味を持たない3つのアルファベットの羅列を大量に被験者に覚えさせて、その記憶がどれくらいのスピードで忘れられていくかを調べました。その結果をグラフ化したものが図1の忘却曲線です。

縦軸は暗記率（％）、横軸は時間の経過を表しています。

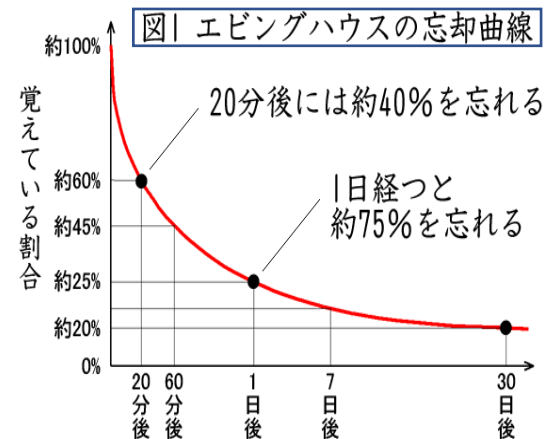
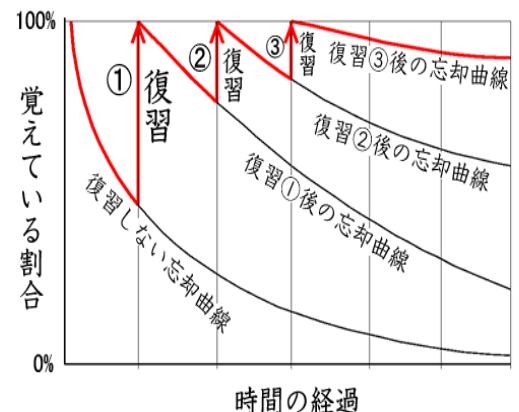


図1から、人は時間がたつほど、日を追うごと、記憶を忘却していくことが読み取れます。「私は、記憶力が悪い!」と思い込んでいる人は案外多いのではないのでしょうか。でも、この研究成果を知れば、「忘れるのは当たり前」であることが分かります。翌日に忘れていているのは記憶力が悪いからではなく、単純に人間の脳が構造的に「忘れるようになっている」だけなのです。

このことから、復習のタイミングはどのようにすると効果的なのかを示したグラフが図2です。

図2 復習のタイミングと暗記率



- ①は2日後に復習した場合 ②は1週間後に復習した場合
③は1か月後に復習した場合 を表しています。

- つまり ○ 復習を繰り返すと、忘却曲線が徐々に緩やかになる。
○ 復習を繰り返すと、元の状態に戻す復習が楽になる。
○ 復習を繰り返すと、覚えている割合が非常に高くなる。

結論として

- ◇ 復習しなければ、覚えたことがどんどん消えてなくなってしまう。
- ◇ 復習を繰り返すと忘れにくくなる。つまり、短期記憶が長期記憶に変わる。
- ◇ 記憶を定着させるには、早めの復習と、その後の定期的な復習が必要である。
- ◇ 理想的には、その日に復習、その後は、翌日、1週間後、1ヶ月後が良い。

「テストで間違えた箇所」や「苦手な分野」は、この理論を意識して、家庭学習してみてはいかがでしょうか？ より効率的に学習を進めることができるはずです。 お試しあれ!!



3学年 第3回到達度確認テスト範囲 (10月1日(木))

	教科	範囲・内容	持ち物・その他
		☐ 漢字の読み方・書き方 ☐ 説明的文章の読解 ☐ ① 文学的文章の読解 ☐ 文法 国語 ☐ 古文 ☐ 作文	【朝学習】朝の会后 テスト勉強 【1校時】 8:40着席 問題配付 8:45～ 9:35 【2校時】 9:40着席 問題配付 9:45～10:35 【3校時】 10:40着席 問題配付 10:45～11:35 【4校時】 11:40着席 問題配付 11:45～12:35 昼食・休憩 【5校時】 13:25着席 問題配付 13:30～14:30 【6校時】 14:33着席 自己採点 14:35～15:20
		☐ 1・2年の学習内容 ☐ ② 3年の領域 数学 ◇式の展開と因数分解 ◇二次方程式 ◇平方根	
10		☐ 1・2年の学習内容 ☐ ③ 3年の学習内容 理科 ◇生命の連続性 ◇化学変化とイオン (水溶液とイオン)	
		☐ 地理・歴史複合問題 ☐ 歴史総合[歴史] ☐ ④ 世界の諸地域[地理] ☐ 私たちの生活と現代社会[公民] 社会 ☐ 日本の諸地域(含身近な地域)[地理] ☐ 個人の尊重と日本国憲法[公民] (人権と共生社会まで)	
		☐ リスニング ☐ 語彙 ☐ ③ 短文読解 ☐ 長文読解 英語 ☐ 英作文 ☐ 対話文読解 ☐ 現在完了 ☐ help + 人 + 原形不定詞 ☐ 現在完了進行形 ☐ これまでの復習問題	
(木)			

○三角定規一組
 ※角度の目盛のないもの
 ※直定規は使用不可
 ○コンパス
 ○鉛筆(シャープペンシル使用可)
 ○消しゴム

☆時計を携帯する場合は
 時計機能のみのもの

公立高校受検と同様に
 教室の時計は外して
 試験を行いますので
 各自で用意してください。