

教育目標：『つながりを大切に 心豊かに学び合い たくましく生き抜く力の育成』

生徒指導だより

11月 号③



明日は土曜参観です。その先の3連休が明けると期末テストがやってきます。テスト勉強は順調に進んでいますか。日々できることを積み重ね、最高の準備をしてテストに臨んでほしいと思います。しっかりとした準備をすれば、自信をもってテストを受けることができるはずです。

☆期末テストに向けて☆

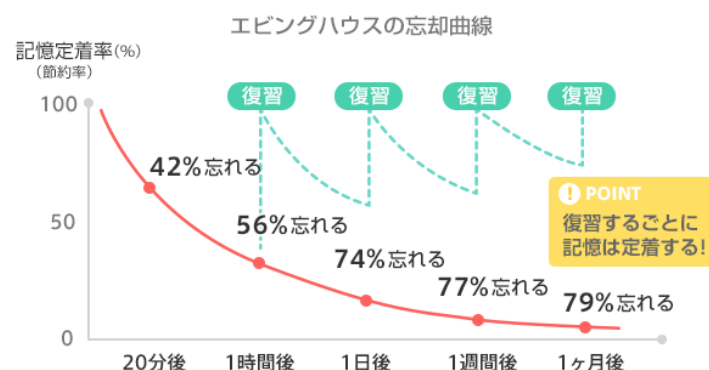


○人は忘れやすい生き物です。

ドイツの心理学者のエビングハウスの実験によると、人は一度覚えたことを1時間後には約56%忘れ、1日後には約74%忘れるらしいです。つまり、その日の授業の内容も次の日には4分の1しか覚えていないということです。

忘れるのを防ぐためにするのが復習です。復習は、「その日」、「週末」、「テスト前」の

3回やるようにしましょう。そうすれば、記憶が定着しやすくなります。



○テスト前でも睡眠はしっかり！

記憶は寝ている時に定着します。なので、睡眠時間を削って覚えようとするより、一度寝て、記憶を脳に定着させた方が忘れにくいようです。テスト当日は早起きをし、朝早くから覚え直したところはテストまで忘れずにいられるでしょう。決して、一夜漬け、徹夜はしないように！！

○テストを解き始める前にやるべきこと



まずは、大きく深呼吸をして落ち着きます。そして、①問題の全体を見通す。②覚えるのに苦勞した問題を先に解く！③ ②のあと、前から順に解き、できない・できなさそうな問題は飛ばす！④解き終わったら、飛ばした問題に挑戦する。冷静に解ける問題から解いてください。ケアレスミスがないか見直しも忘れずに！

○勉強ってなんですか……。

勉強とは、「できないこと」をできるようにすること！です。「勉強すること」自体が人生ではとても大切です。高等学校や専門学校に進学したのち、就職して働くとしてもこれからの人生で勉強は必要です。そのときにちゃんと頑張ることができるように、中学生のみんなは勉強する練習をしているのです。人生は勉強の連続です！逃げグセがつかないようにしっかり向き合ってほしいと思います。

『中学の勉強のトリセツより』