



# 心ひとつに

美郷中学校  
学校報 NO.17  
R4. 7. 6

## 第1回 3年実力テスト

5日(火)、3年生が実力テストを受検しました。今年度、全7回の1回目です。

高校入試の検査時間に合わせて、国語・数学・英語が60分間、昼食をはさんで午後は理科・社会が50分間のテストです。

このテストを通して、60分間という時間に慣れること。時間のペース配分(難問にいつ時間をかけるのかなど)を知ること。また、机の上に出してはいけない文房具があることなど、受検当日に向けて、経験しておくべきことがたくさんあります。

実力を十分に発揮し、将来の夢の実現につながる志望校に合格できるよう、残り8か月を充実させましょう!



【がんばれ3年生!】

平等に与えられている「時間」を有効活用することで、今まで想像もできなかった自分に出会えそうにも思えます。これからも挑戦していきましょう!

## 効率的な勉強法

東京大学薬学部教授 ○○○○(○○○○○○○) 先生の講演「学習、成長——未来の脳を考える」資料に、興味深いことが書かれてありましてので一部を紹介します。

### 【検索の失敗が学習を促進する】

「失敗は成功のもと」とよく言われるが、(略) 考えなしに選んで失敗してしまうということは、失敗としては全く意味がなく、あれやこれや考えた上で、それでもなおかつ失敗するという方が失敗として意味があるということになる。

### 【楽しく生きましょう ご機嫌に生きましょう】

勉強というのは習慣化すること。習慣化することで心理的な負担が軽減され、面倒くさくなくなる。習慣化に要する日数は、実験によると平均値で66日。何かを始めたら、とりあえず二か月ぐらいは続ける。習慣化できれば、脳を一番負担なく使える。

### 【シータ波とリップル】

レミニセンス現象という現象がある。学習直後はテストの点数が上がる。その後、睡眠を取るとさらに点数が上がる。これは、睡眠中に記憶が整理されるから。覚えた直後の情報というのは、ただ雑然としていて使いものにならない。それを整理整頓するのが睡眠。だから寝るのも勉強のうち。

### 【効率的な勉強法】

「学習における望ましい困難」という言葉がある。「楽に学んだことは、砂に書いた文字のようなもので、すぐに消えてしまう」ということを言っている。学習において、楽をしたい、つまり効率性とか即効性を求めるのは間違いだと言っている。

では、どんな勉強法がいいのか。勉強法には大きく二つある。一つは、何度も何度も徹底的に見直して、頭にたたき込むという勉強法。もう一つは、確認テストをひたすらやる勉強法。つまり思い出す練習。

この二つの勉強法だと、覚えるスピードは一緒。ポイントは忘れるスピードに圧倒的に差がつくということ。例えば、三か月ぐらい経ってから再テストを行うと、覚えている点数が、少なくとも三倍。普通五倍ぐらい違う。点数が高いのは思い出す練習の方。脳は入力よりも出力を重視しているということになる。どれだけ出力したか、これが全て。これはちょっとした意識改革。



## 性教育講座

6月30日(木)午後、3年生を対象に性教育講座が行われました。命の大切さや将来の社会生活、生き方について考え、相手を思いやり、よりよく生きていくための機会とすることが目的です。

この日は、生和堂医院の○○先生に「いのちと思春期の性」と題して講話をしていただきました。生徒の感想を紹介します。

- ・これから生きていく上で必要な力や、自分を大切にしていくことを学べてよかった。
- ・自分も相手も不幸にせず、みんなが幸せになるには一人一人の心がけだと改めて分かりました。
- ・一人一人の人間に幸せになる権利があると聞いて、改めて命の大切さや人権について考えさせられました。【講座の様子】



## 漢字検定

6月25日(土)午前、本校で今年度1回目の漢字検定が行われました。土曜日にもかかわらず、1年生から3年生まで、30名の生徒が5級~準2級を受検しました。

自分の興味・関心のある分野に挑戦することは、とても素晴らしいことです。また、検定試験を受けて合格することで、さらに上を目指してがんばろうとする「やる気」が高まりますし、例え不合格になっても、その悔しさが次への原動力となります。人によって価値観は異なりますが、みんなに