



## 大忙しの年度末・・・自学自習を見直しましょう！

いよいよ次の学年が目前に迫ってきましたね。3月は卒業式がありますが、3年生だけでなく、1・2年生も非常に忙しくなります。テストが終われば授業の数も減るので、勉強へのモチベーションの維持が難しくなることは仕方ないのかもしれませんが。

春休みに入る前に、もう一度自分の学習したことを見返してみてください。この1年間で、各教科のどんなところにつまずきましたか？

今苦手に感じているところは、来年、再来年、どんどんと発展して出てきます。なんとなくわからないままにしていたところがこれから思わぬ形で出てきて後悔する前に、なんともわかるまで繰り返して復習しましょう。少しでも多く自主学習の習慣をつけられるよう、この1ヶ月チャレンジしてみてください。

### 2/25~28 SSR 利用者数

	1年	2年
25	31人	26人
26	33人	39人
27	43人	36人
28	29人	27人
計	136人	128人



たくさんの方が集中して勉強していました！  
テスト前以外もがんばろうね(\*^▽^\*)

### 3月 行事予定

8(金) 卒業式予行  
12(火) 3年生を送る会  
13(水) 第25回卒業式  
22(金) 修了式

## どうして復習が大切なのか？

勉強の基本は『予習』と『復習』だとよく言われていますね。復習の重要性についてしらべてみました。

一度授業を受ければすべてテストまで覚えておけるという人はなかなかいませんね。ふだんの生活の中でも、たとえば昨日の晩ご飯は覚えていても1週間前の晩ご飯を覚えている人はほとんどいないでしょう。

人間は二つの記憶で成り立っているそうです。幅広く瞬時に記憶される『短期記憶』と、たくさんの容量があり、長く記憶し、なおかついつでも取り出せる『長期記憶』です。

授業で見たり聞いたりしたことはまず『短期』の方に記憶されます。しかし『短期記憶』は五感のすべてをいっぺんに記憶するため、容量がすぐにいっぱいになって忘れていってしまいます。

おもしろいことや怖いこと、重要だと判断したものから『長期記憶』に移し替えられるそうです。

学習したことを記憶し、テストでスムーズに取り出すためには繰り返し復習をし、長期記憶に移動させなければなりません。

そしてその復習にも効率のよいリズムがあるそうです。

物事を覚えた日の「①翌日、②1週間後、③2週間後、④1ヶ月後」に復習するとより長く記憶を維持できるそうです。

しかし毎日授業はありますし、すべての勉強をこのリズムで復習しようと思うととても時間が必要としますから、苦手なものを優先的に復習するなど、効率よく復習できるように自分なりに工夫してみましょう。

春休みに入り、時間がたくさんできると思いますので、ぜひ復習の時間をとってみてくださいね。