

効果の上がる学習の仕方とは

開倫塾

塾長 林 明夫

1. おはようございます。開倫塾塾長の林明夫です。今朝も「開倫塾の時間」をお聴きいただき、ありがとうございます。
4月になり新学期が始まりましたので、新学年の学力向上のポイント、つまり勉強の仕方のポイントをお話させていただきます。
2. 一番大事なことは、目標を持つことです。例えば、将来はこのような仕事に就きたい・このような社会的活動をしたいと考え、それを叶えるために進学を希望する高校や大学・短期大学・専門学校などを決め、そこに合格するために勉強しようという目標を持つことです。身近な例では、ほとんどの中学校・高校では1学期に定期テストが実施されますので、そのテストでよい点数を取ろう・今までは真ん中ぐらいだった学年順位を上位にしようなどの目標を持つことです。
3. このようにいろいろな目標がありますので、まずは自分なりの目標を決めてください。そして、その「〇〇高校合格」「△△大学合格」「定期テストでよい点数を取る」などの目標を自分の目に入る場所に張ってください。これは自分自身に言い聞かせるものですから、恥ずかしいことはありません。どうしても家族に見られるのは恥ずかしいという人は、ノートに書いておくのもよいと思います。
4. このようにして、自分で目標を考えて決め、それを目に入るところに張ったり書いたりしておくと、その目標を達成しようという強い意志が生まれ、自分から進んで学ぶという行動に繋がります。ですから、どんな小さな目標でもよいので、自分なりの目標を決め、その達成のために勉強をしていただければと思います。
5. 効果の上がる学習方法を身に付けようということも、目標の1つにさせていただきたいですね。そうすると、どんなことをすれば学習効果が生まれるのかなど、いろいろなことを考えることができるからです。
6. 私は、この「開倫塾の時間」を27年間も担当させていただいていますが、放送当初からずっと「学習の効果は、学習時間と学習方法のかけ算で決まる」ということを語り続けています。これは、学習時間が少なければ学習効果はなかなか出ず、学習のやり方が上手くなければよい結果は得られ

ないということです。ですから、一番よいのは学習時間を最長にして、学習方法を最善のものにすることです。かけ算のため、いくらよい方法を用いても、学習時間が 0(ゼロ)であれば結果は出ません。逆に、学習時間と学習方法を長く・よくすると、ものすごい効果が出ます。

7. 学習時間はどのようにつくるかという、自分の 1 日の生活を振り返って、学校で過ごす時間と食事・風呂・睡眠などの生活に必要な時間を把握し、どこでどのくらいの学習時間が確保できるかを考えるとよいと思います。これをする上で大事なものは、学習時間以外のものに必要以上の時間をかけないようにすることです。例えば、スマホやメールに時間を使い過ぎること・テレビを見過ぎること・ゲームをやり過ぎることなどは避けましょう。

8. 中でも、最も時間を取るのは悩むことですので、その時間をできるだけ少なくすることが大切です。その方法として私が提案するのは、いくら悩んでもよい解決方法はなかなか見つからないので、悩む時間は 30 分までと決めることです。そうは言っても、実際には悩むことが多いので、30 分までというのは大変かもしれません。ただ、悩む時間が長くなればなるほど学習時間は短くなりますので、悩む時間は 30 分まで・悩む時間があつたら勉強しようと思いと決意するとよいと思います。勉強できない人はスポーツをするなどして悩む時間を少なくし、健全に過ごしていただければと思います。ただし、たまには悩むことも必要ですね。

9. 次は、学習方法についてのお話です。学習方法には、理解・定着(理解したことを身に着ける)・応用(定着したことを用いる)の 3 つの段階があります。理解とは、「ああ、これはこういうことなのか」とものごとがよくわかることです。それに一番大事なのは予習です。予習とは、授業の前に教科書や問題集などを自分の力でやり、よくわからないところを明らかにすることです。予習をした上で、授業では先生の説明を集中して聴き、予習で明確になったわからないことをよく理解する、まずはこれが大事です。また、授業中は必要なことをメモに取るようにしましょう。メモを取りながらわからないところを探していき、それを先生に質問してその日のうちに解決することも大事です。加えて、辞書を引くことも大事です。辞書を引くと、ことばの意味がわかります。言葉の意味がわかると教科書などの内容がわかりますので、とにかく辞書を引いてことばの意味を調べ、それを自分のものにしてください。

定着を図るには、復習することが大事です。学習内容を声に出して読んだり、書き取り練習をしたり、計算・問題練習をしたりして確実に身に着けましょう。

10. このように、目標を持ち、学習時間を確保しながら学習方法を工夫して勉強すると、素晴らしい結果が出ます。ぜひ、お取り組みください。

4 月になり新年度に入りましたので、今日は「効果の上がる学習の仕方」についてお話をさせていただきました。