

草津市立
高穂中学校
学校だより
R3(2021). 6. 28

高穂の丘

【校訓】

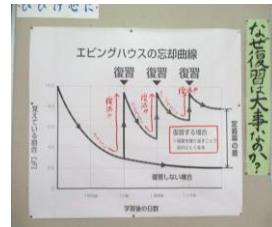
～判断力・あいさつ力・挑戦力を高め



効果的な学習方法を身につけましょう。

ドイツの心理学者エビングハウスによると、人は、今、記憶したものを1時間後に半分ほど忘れてしまい、1日後には、およそ4分の3も忘れてしまうとのこと。個人差はあると思いますが、毎日、学校で学習したことを、その時は完ぺきにおぼえたつもりでも、1日たつとその多くを忘れてしまうなんてもったいないですよ。でも、おぼえなおす活動をくりかえしておこなうこと、つまり、復習や反復練習をすることで、記憶力を強化することができるのです。ただ単に漢字や単語を書く、計算をくりかえすということよりも、その意味は何なのか、なぜこういう答えになるのかということを考えたり、もう少しこのことを知りたいなと調べてみたりすることで、おぼえたことにイメージをもつことができるようになり、学んだことがつながっていつて忘れにくくなります。では、このおぼえなおす活動はどうやって進めたらいいのでしょうか。大切なことは、学校での学びを家庭学習に接続するということです。下校するまでに、今日、学校で学んだことを確実にふりかえりましょう。そして、帰宅後は家庭学習の時間を毎日必ず確保するようにしましょう。1日の学習内容をもう一度家庭でふりかえること、宿題はもちろん、自主学習ノートなどをまとめて調べ学習を充実させることなど、自分にあった学習方法を積み上げていくことは、確実に自分の記憶力を高めることにつながります。まさに、「継続は力なり」です。

なお、エビングハウスが唱えたことについて2階生徒会室前の掲示板に「忘却曲線」として説明版が掲示されています。たいへん興味深い内容です。是非、確認してみてください。



エビングハウスの忘却曲線からわかること！
① 学習-時間経過による忘却は記憶量が増える。
② 最初の学習1回、復習2回の学習が効果的。
復習が半分の学習に忘れにくくなる。
③ 1回-10分、学習1回、復習2回の学習が効果的。
復習が半分の学習に忘れにくくなる。
学習後経過時間
学習後経過時間

暑い日が続きます。熱中症に気をつけましょう。

梅雨のシーズンを迎え、蒸し暑い日が続くようになりました。これまで、新型コロナウイルス感染症の感染予防対策をおこなってきましたが、これからの時期は、熱中症にも気をつけなければなりません。熱中症の予防にむけて、次の点に注意してください。

- ・ 毎日の生活において、じゅうぶんな食事と睡眠をとり、生活リズムを整えましょう。
- ・ 定期的に水分補給をしましょう。常に多めに水分を用意しておいてください。スポーツドリンクでもかまいません。
- ・ 気温や湿度の高い中でのマスク着用について、特に、登下校時や体育の授業、部活動中などでは、対話型の取組をのぞき、周りの人とじゅうぶんな距離を確保できる場合は、マスクをはずしてもかまいません。その際、咳エチケットに留意してください。
- ・ 毎日、換気のもと空調機器を活用していますが、衣服の調節のため、制服だけでなく、体操服で過ごしてもかまいません。

<部活動の様子>

5月20日(木)から中体連春季大会、県吹奏楽祭が各会場でおこなわれました。どの部もこれまでに培ってきた力や技、チームワークを存分に発揮し、それぞれの部で設定した目標を達成すべく、集中して臨みました。



<校内掲示物>

