

LUCKY SEVEN

～合言葉は「静と動」～



効率的な勉強法の確立について考える

今週月曜日はテスト反省がありました。テストの点数（結果）だけにとらわれず、これまでの勉強法なども見直すことはできたでしょうか。「点数があまりよくなかった。」という反省だけで何の改善策もたててなければ結局次の結果も同じことでしょう。

そこで水曜日の学年集会でも話をしましたが、【PDCA サイクル】について考えていきましょう。PDCA とは Plan（計画）、Do（実行）、Check（評価）、Action（改善）の頭文字からきています。ある目標を達成するためにはこの【PDCA サイクル】を回すことが大事だといわれるのですが、なぜか。それは間違った方法で勉強を頑張り続けることを防ぐためです。勉強において【PDCA サイクル】を回すことは、間違った頑張り方をやめ、「できない」ことを「できる」ようにするための習慣であるともいえます。

まずははじめは“P”（Plan）についてです。正しく計画を立てることが出発点となります。正しく計画を立てるためにも『目標や期限』、『目標と現実のギャップ』、『課題』などをしっかりと把握しておきましょう。

<例：数学の勉強>

・目標と期限

学年末テストで70点とる。

・目標と現状のギャップ

2学期期末テストは60点。

計算は得意だが、方程式の利用と比例・反比例の問題が苦手である。

・課題

方程式の利用が苦手である。

関数のグラフを読み取れない。

上記の内容をふまえれば、どの部分をどのくらい勉強すればよいのかみえてくるはずです。

次に“D”（Do）についてですがここでは実行のしやすさが大切です。大まかな計画を立ててもなかなか実行しづらいところがでてきます。実行しやすくするためにには細かく計画を立て優先順位をつけましょう。

3番目の段階は“C”（Check）です。計画通りにできなかった部分があればその要因を掘り下げ、改善につなげます。この段階が非常に重要です。なぜかというと、ここで『効率が悪いものや、意味のないもの』を削ることができ、『うまくいかなかったポイント』から学ぶことができるからです。みなさんはここからがなかなかできていないのではないでしょうか。「点数があまりよくなかった。」という反省だけで計画にもどると、Plan⇒Do の行き来をしているだけで効率的な学習にはつながりにくいです。

<Check の例：左記の例から>

- ・方程式の利用が苦手である。
→特に割合の問題がわかっていない。
- ・関数のグラフを読み取れない。
→比例の式とグラフを関連づけることができていない。

最後は“A”（Action）でCheck をふまえた計画の改善と調整です。勉強のやり方やムダを見直して、計画を調整します。

上で示した数学の例で言えば、方程式の利用が苦手であるからといって、ただ単に利用の問題をひたすら解く時間や量を増やすだけでは点数が上がるとは限りません。Check の段階で『特に割合の問題がわからない』と気づいたなら、方程式の利用の問題全部に時間をかけるのではなく、『基本的な割合の計算を理解する』という目的に沿って勉強計画を改善するのが近道です。

そして勉強計画を調整したら、実行に移しましょう。PDCA の繰り返しで、自分に合った効率的な勉強法が確立され、成果も現れるはずです。

<Action の例：上記の Check の例から>

- ・特に割合の問題がわかっていない。
→方程式の利用の問題全部に時間をかけるのではなく、基本的な割合の計算を理解する。
- ・比例の式とグラフを関連づけることができない。
→座標やグラフを書くことをから復習する。

東生野中学校の生徒は日々の授業に加え、部活動や習い事などに参加している人がたくさんいます。そんな忙しい中で効率的に勉強するにはどうすればよいのか。今回の通信がそういった悩みを抱える人にとってひとつのヒントになればうれしいです。