



コロナウィルス感染予防のための臨時休校で、今年の1学期の定期テストは1回だけとなりました。2年生になって初めてのテストです。しっかり勉強して確実に結果を残さなければなりません。前向きに取り組んでほしいと思います。



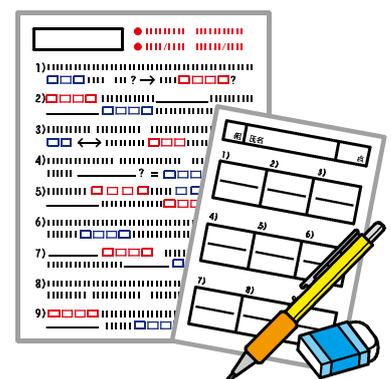
さて、いま、あなたはがんばって英単語を覚えたとします。単語のスペル、発音、意味・・・すべてを完璧に。ところが、それはいっきに脳に刻み込まれる・・・というようなことはありません。「完璧に覚えたぞ」と思っても、すぐに脳の内部に記憶されることはないのです。ところが、いったん記憶されたモノは、数年、数十年間、ひよっとすると死ぬまで記憶されるというからスゴイ。究極の記憶です。

あなたはいま、「スペル、発音、意味・・・全部言えるもん！書けるもん！」と思うでしょう。しかし、それは「記憶の一時預かり所」に記憶されているだけにすぎないのです。見たもの、聞いたもの、触ったもの、嗅いだもの、味わったもの、感じたこと、思ったこと、考えたこと・・・この「記憶の一時預かり所」は、普段の生活の中で膨大な情報をもつすごい早さで覚えていくのです。ところが、ここは名前のおり「一時預かり」であって、外から入ってくる情報をドンドンため込み、「大事なモノ」と「そうでないモノ」に仕分け、「大事なモノだけ」を脳へ刻み込みます。「大事なモノ」とは、「まちがうと死ぬ」とか、「ケガをする」「病気になる」「生きていけない」といったものであり、英単語は覚えなくても死んだりはしないから、キレイに忘れてしまうのです。

勉強して覚えたことは、勉強終了後4時間で半分も忘れてしまうそうですからたいへんです（なんと24時間後では70%も消えるらしい）。そしてこれは、頭がよさそうな人も、そうでない人も、みんな同じです。せっかくあなたは苦労して「覚えた」のに、「大事なモノ」として記憶には残りません。これがあなたの「がんばっても、なかなか覚えられない」の正体なのです。

だからといって、あきらめる手はありません。「チョー大切なこと」しか記憶に残さないのであれば、英単語が「チョー大切なこと」であると思わせればよいのです。それは「繰り返す」ことです。

記憶は4時間で約半分になります。そこで、もう一度、英単語を覚えさせるのです。すると記憶は全部復活します。そして・・・次の4時間後は、1回目比べて記憶が消えにくくなるのです。そこで3度、同じ単語を記憶させると、記憶はさらに強固なものになり、ついにはめでたく脳へ刻み込まれることになります。何度も何度も覚えさせられるので、脳はその情報が「よほど大切なことなんだ・・・」とかんちがいしてしまうのです。



この方法をわたしたちは「復習」と呼びます。復習は勉強終了後、できるだけ早い時間が「キキメ」が大きく、「復習時間」も少なくすみませす。ラクして勉強する「秘訣」といってもよいでしょう。