



生徒の皆さんへ

先週の期末考査への取り組みはどうだったでしょうか。今週に入り、テスト返却が進んでいることと思います。テスト結果が思ったよりもできた人も思うようにいかなかった人も一喜一憂することなく、今、大切なことは結果をそのまま放置せずに反省することです。反省なくして成長はありません。同じ間違いを繰り返さないために。

今こそチャンス！「解き直し」の極意伝授

期末考査で悪い結果！ピンチ↓↓だ。でも、答案用紙が返ってきた時の行動で、成績アップ間違いなしの「解き直し」がある。今回は、その極意をご紹介します。

Qまず、答案返却時の行動に関する次の質問に実行している行動を○をつける

- a 解答をざっと見て、答案用紙に正解を書き写す()
 b 解説を読んで答えを書き写した後、間違えた問題とセットで丸暗記する()
 C 間違えた問題を一度だけ解き直す()

A. 全て○がついても、この解き直しでは、不十分と言えます。

次に示すテストを”お宝化”する4つのステップで解き直しをやろう。

【ステップ1】間違えた&出来なかった問題を次の3種類に分けて原因分析

- ①全くわからず手が付けられなかった問題
 ②見たことはあるが、出来なかった問題
 (答を見て次は解けると思った、勘で正解、迷った末に間違った選択問題を含む)
 ③単なるケアレスミスの問題

【ステップ2】3種類のミスに対して、3色の付箋紙を貼り付けて教訓出し

- ①②→教訓を出すために、まず、解説や教科書などでチェックする。次に、問題を解くために、大事な公式・法則、ポイントや重要語句などを付箋紙にメモする
 そして、ノートを用意して、間違えた問題文を貼り、教訓を書いた付箋紙を貼る
 ③→「もったいないぞ」など二度とミスしないための注意や戒めをメモして貼る

【ステップ3】わからない部分をなくす

- ①②→似た問題が出た時、同じミスをする可能性大。実際に人に教えるつもりでしゃべりながら覚える。しゃべりが止まったら頭に入っていない証拠。
 ③すぐに解き直して再確認する。

【ステップ4】自分の力で解き直す

ステップ1～3を踏まえたあとに、何も見ないで問題を解き直す。解き直し1回でなく、数日置いてもう一回やれば忘れにくくなる。

※テストの見直しは「ホットなうちにやるべし」とのこと。
 模試でも定期考査でも終わった直後の記憶が鮮明なうちに
 まず1回、そして、答案返却後にもう1回やると効果的。

出典：NHKテストの花道制作チーム編「夢がかなう人の勉強術」から



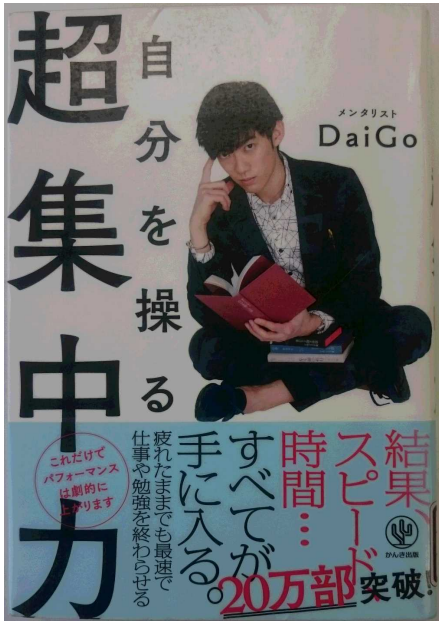
花

花は一瞬にして咲くのではない。
大地から芽が出て、葉をつくり、
葉を繁らせ、成長して、つぼみをつくり、花を咲かせ、実をつくっていく。
花は一瞬にして咲くのではない。
花は一筋に咲くのだ。

～坂村真民～

読書への誘い（本校図書室に置いてある本）

「自分を操る超集中力」 メンタリスト DaiGo 著 かんき出版



皆さんもテレビで見かける、人の心を読み、操る技術”メンタリズム”を駆使する日本唯一のメンタリストであるDaiGoが書いた本です。近頃は、DaiGoの弟で東大ナソトレで有名な松丸亮吾さんもよく見かけますね。

ところで、皆さんは「勉強しなくちゃいけないんだけど、どうしてもスマホに手を伸ばしてしまう」「問題集をやり始めると、なぜか頭がぼんやりしてなかなか集中できない」ってことありませんか？

それは決して、根性や病気などではありません。

そんなお悩みを持つあなたに是非読んでほしい本が、メンタリストDaiGoの「自分を操る超集中力」です。

この本は、集中力のある人、無い人の差は、「集中力の仕組みを知り、トレーニングを積んでいるかどうか」の違いだとDaiGoが断言して、集中力のトレーニング法を分かりやすく丁寧に説明しています。

その他に、トップスピードで「すぐに没頭できる」自分に変わる7つのエンジンや朝からだるいやしんどいなど疲れをリセットする3つの回復法や集中力を自動で作出す5つの時間術など、貴重な人生の時間を無駄にしないヒントが満載です。

ちなみに、DaiGo自身は両親に心配されるほど、集中力が無く、落ち着きのない子だったそうです。しかし、心理学や脳科学の専門書を頼りに、試行錯誤の上、独学で慶應義塾大学に合格した実体験をもとに書かれています。DaiGo自ら今のポジションを手に入れたのも「すべて集中力のおかげ」と言い切っているほどです。

もはや集中力は、最短・最速で身につくスキルです。長続きができないと悩んでいるあなた、立ち止まっていたは何も解決しません。この本があなたの人生の時間を変えてくれるかもしれません。この機会に、まずはこの本を手にとってみてください。

保護者の皆様へ

大切な期末考査が終わりました。部活動のほとんどが中止となり、勉学に励む環境に生徒はおかれていたと思います。お子様の自宅での過ごし方は如何だったでしょうか。今後も、学校として、生徒が自主的に勉学に打ち込む姿勢を作るために、まずは、教員の授業力向上に向けた取り組みを行って参りたいと考えています。