

勉強しているのに、学習内容がなかなか覚えられない・・・

＜はじめに＞

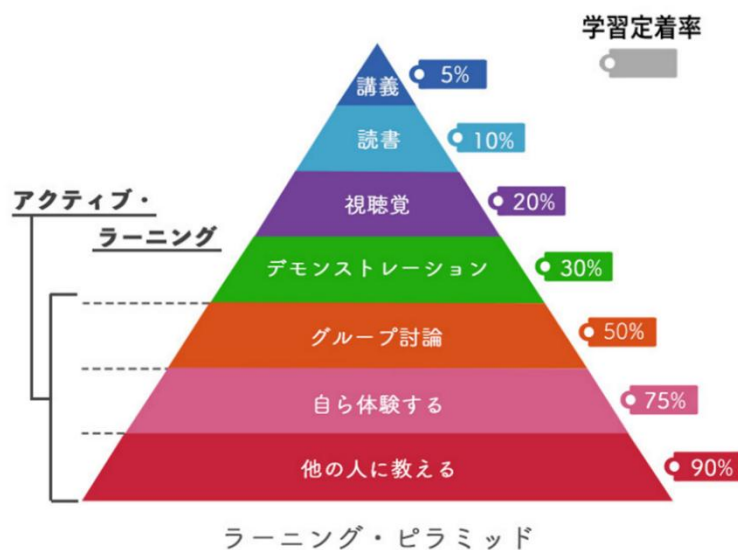
中間考査を控えた皆さん。こんな経験をしたことはありませんか？

学習内容の定着は、私たちの多くが望んでいることですよね。そこで今回は、効果的な学習方法として近年注目されている「ラーニングピラミッド」について紹介したいと思います。

また考査前に友人から「勉強を教えて」と頼まれて、「自分も余裕ないから無理～」と思っている人はいませんか。実は、勉強はなんと「教えてもらっている人」より「教えてあげている人」の方がお得なのです。その答えを知りたい人も、ぜひ最後まで読んでください。

1. ラーニングピラミッドとは

アメリカ国立訓練研究所の研究が、学習方法と平均学習定着率の関係を「ラーニングピラミッド」という図で表しています。具体的には7つの異なる学習方法を学習の定着率順に並べたもので、定着率が低いものから順に並べるとピラミッド状になります。



2. 定着率向上のカギは、能動的な学習

では、学習内容をそれぞれ詳しく見てみましょう。

講義を受ける（学習定着率 5%）

学校の授業などに出席している状態です。ただ席に座って先生の話聞くだけだと、よほど興味のある内容でない限り授業内容のほとんどを忘れてしまいます。講義内容を効率よく覚えるには、聞きながら意欲的にノートをとったり丁寧な予習・復習などが有効です。

読書する（学習定着率 10%）

決められた参考書・課題図書などを読むか、学習内容に関係する書籍を自分で選んで読みます。講義に出るだけよりやや能動的な行動と言えるでしょう。

視聴覚〔ビデオ・音声による学習〕（学習定着率 20%）

講義への出席や読書に加えて、参考書の付録 DVD や学習内容に関連したテレビ・ラジオ番組などを視聴します。単なる文字の羅列や静止画と比べて、動画・音声はより大きなインパクトを脳に与えます。聞き流すより、「覚えよう」という意欲を持って集中して聞くことでより身につけやすくなるでしょう。本校が導入している「スタサプ」視聴もこれにあたりますね。

実演を見る（学習定着率 30%）

学習の場では「先生が行う実験を見る」「工場見学に行く」などの行為が該当します。実演内容によっては聴覚・嗅覚・触覚にも直接訴えかけられるので、解説文や動画よりもさらにインパクトが大きく記憶に残りやすくなります。

他者と議論する（学習定着率 50%）

グループ内で自由に意見を交換しあうディスカッションや、あらかじめ決められた順番・内容・役割に従って発言するディベートなどです。リアルタイムの会話で意見を交換するには、頭の中で筋道立てて考えを整理することと自分の口で意見を伝えることが必要です。そのため、ただ見るだけ・聞くだけよりもさらに能動的な関わりが必要になります。また、ディスカッション中の他者の発言から新たな知識を得ることもできます。

実践による経験・練習（学習定着率 75%）

体育・美術・家庭科などの実技科目では、実際に自分の手や体を動かして感覚をつかむことが有効です。また、現場に出向いて自分で調査・研究を行うフィールドワークもこの段階に含まれます。国語・数学などのように実技のない科目や暗記科目を脳に記憶させるには、書き取り・音読・練習問題によって経験を積むことが有効です。

他人に教える（学習定着率 90%）

この段階は、これまでの学習の集大成とも言えるべき研究発表や人に教える行為などが該当します。物事を他人に教えるためには、自分でしっかりと内容を理解していなければなりません。「他人が書いた文章を読み上げるだけ」「書籍・ネットの文章をツギハギしただけ」では自身の脳に与えるインパクトが足りず、また誰かから突っ込んだ質問をされると返答に詰まってしまうでしょう。いろいろな方法で何度も実践経験を積むことで、より細やかに教えることができるでしょう。

定着率の高いラーニングピラミッド下方の学習法ほど、より自発的・能動的な働きかけが必要です。能動的に学習するためにはまず講義・自主学習などで十分に知識や興味を高め、その後議論・実践で理解を深めてから発表…というふうに、限られた時間を上手に使う学習スケジュールを立てましょう。

《おわりに》

さあ、では早速人に教えられる人は、どんどん友人に教えてあげましょう。「情けは人のためならず」ですね。そして、ぜひ人に教えられるほど勉強を頑張ってみませんか！！

頑張る皆さんを応援しています。