

中間テスト、南部テストも終わり、外部テスト、期末テストに向けての勉強に切り替えているところでしょう。これから行われる三者面談では、個別相談の予約の状況と一学期の成績や南部テストの結果を踏まえて志望校の確認を行っていきます。自分の現状とやらなければならないことを、確認していきましょう。

さて、調査書作成に向けて、昨日、通知書のコピーを配布しました。11月6日(月)より行われる三者面談で提出していただきますので、保護者の方と確認し、以下を参考にして加筆・訂正があれば、記入をお願いします。

1 通知書の加筆・訂正についての確認事項

・三者面談時に提出してください。

・変更点や追加があれば、朱書きでお願いします。(入力ミスや後期に決まった委員会、検定等)

・学校外の活動においては、賞状や証明書等を持参してください。(検定やボランティア等も)

※賞状や証明書の確認が取れない場合、調査書に記載することができないことがあります。

※3年生の評定欄は空欄となっております。実際には、1学期と2学期の評定を加味した評定が入力されます。

※志願先は9月に行った進路希望の高校を記入しております。

※今回配布した通知書は、個別相談等への資料として扱うことはできません。なお、12月22日以降に配布する校長印が押印された通知書は、冬休みに行われる個別相談等に持参することは可能です。

～通知書とは～

中学校から保護者に対して、調査書の記載事項の内容を確認していただくものです。高等学校に対して送付することはできません。

～調査書とは～

中学校から高等学校に対して提出する書類です。厳封をしますので、開封をした場合は無効となります。ご注意ください。

2 私立高校の受験を考えている生徒は、11月中に必ず個別相談へ

個別相談への予約は済んでいるでしょうか？相談の際には、合格の可能性について、高校の先生に確認してください。(受験方法とコース名等を必ず確認しましょう。)これから個別相談に行く生徒は、保護者と相談して、早めに計画を立ててください。個別相談を受けて、他の高校への個別相談を考えたり、2学期にやらなければならないことが明確になったりします。また、志望校を1校に絞るという考え方もありますが、他の高校にも足を延ばし、一度、視野を広げて見ることをお勧めします。

3 保護者の皆様へ ～三者面談について～

上記に記載されている通知書の訂正について、お子さんとご確認の上、三者面談にご持参ください。また、11月6日(月)より行われる三者面談では、以下のことを確認しますので宜しくお願いします。

①現時点での受験パターンの確認

・「第一希望は公立にするか、私立にするか。」について

・「併願校はどこにするか。」について

②私立高校の受験校の確認

・個別相談への参加状況や今後の予定について

③公立高校について

・選抜基準、南部テストや資料から現時点での志望校について

④調査書(通知書)の確認

・11月6日現在の調査書の内容について

※資格や学校外での賞状等については、証書等をご持参ください。

「エビングハウスの忘却曲線」

最近やいと帳の中で、こんなことを書いている生徒が数名いました。「社会などの暗記系がおぼえられない」「理科の用語がおぼえられない」「漢字や英単語を覚えるのが苦手で・・・」

勉強をするうえで一番の障害は、習ったことを忘れてしまうことではないでしょうか？「何でこんなに覚えたいことが覚えられないんだ」と嘆いてしまうことはありませんか？人間は忘れる生き物です。脳はそういう仕組みになっているのです。覚えておきたいことでもどんどん忘れてしまうのです。それは、全てを覚えようとすると脳がすぐにパンクしてしまうので、脳を守るために忘れるようにできているようです。

ドイツの心理学者のヘルマン・エビングハウスは、人間はどれぐらいのスピードで忘れるかを実験し、下のグラフのように表しました。人が何かを学んだ時、20分後には40%忘れ、1時間後には56%、1日後には74%、1週間後には77%忘れてしまうということがわかりました。

この結果から

1. 記憶は覚えた直後は、どっと(半分近く)忘れてしまう。
2. 残った記憶は、ゆっくり忘れていき、長く保持される。

ということです。このエビングハウスの忘却曲線を踏まえて、復習との関係を実験したところ、下の表のように「定期的に復習をすれば、その記憶は確実に定着していく」ことも証明されています。

それではどのように勉強したら記憶を忘れにくくし、勉強効率を上げることができるのか。それは復習の仕方です。学習した後「24時間以内に10分間」の復習をすると、記憶力は100%に戻ります。そして、ここからが素晴らしいのですが、次回の復習は「1週間以内にたった5分間」復習すれば記憶がよみがえるのです。そして、「1ヶ月以内に2~4分間」復習すれば、また記憶が復活するのです。タイミングを間違えなければ、最大でもたった19分の復習で、1ヶ月後も学んだことを忘れずにいられるのです。

「毎日勉強がいっぱいあるし、そんなに復習できないよ」と思うかもしれませんが、ちょっとした時間を有効に使って復習すれば、勉強の効率は間違いなく良くなります。君たちは若く柔軟な脳をもっています。実践してみてください。必ず成果があると思います。

