

# 学習だより

第6号

松島中学校研究部

## 「分からない」を「分かる」に変える勉強法

### （その6）自分が満点を取れるテストを作る

学校で行うテストでは、「何がどれくらい分かったのか」や「何がどれくらいできるようになったのか」を判断します。そして、そのテストを受けるときに持っていた学力をもとに、今後どのように勉強していけばよいか、何を勉強していけばよいかを考える資料にします。テストを受けるとなれば、誰でもよい点を取りたいと思うのが当然かと思えます。よい点を取るというのは、具体的には、そのテストで多くの正答（正解）を書くなどして、表現することができるということになります。勉強するときには、正しい知識、考え方などをしっかり身に付けることが必要になります。

学校以外で行われるテストというと、入学試験、入社試験や各種の検定試験などがありますが、これらのテストでも、どのような内容が出題されるのか、どのような範囲から出題されるのか、出題の仕方などが事前に示されます。テストの準備をするときには、むやみに取り組むのでは効率がよくないので、内容や範囲などをもとに勉強を進めることとなります。

勉強をしなければと思うものの、「何を勉強すればよいか分からない。」「勉強の仕方がよく分からない。」という人も少なくありません。勉強する内容で重要なことというのは、学ぶ内容での基礎となるものであり、勉強している中で何度も繰り返し出てくるものです。教科書では、太い文字で書いてあったり、色別で示されていたり、枠で囲まれていたりして強調されています。はじめは大変かもしれませんが、次第に慣れてくると「この範囲では、これが重要なことだ」と分かってきます。

これまで勉強を継続的に進めてきた人にとっては、重要なことを身に付けているので、問題を解くときには、短い時間で、思い出したり、気付いたりすることができています。そのため、限られた時間で多くの正答が書けるので、結果としてよい点をとることができます。

テストに向けて勉強を始めようとしたときに、何が分かっているのか、何が分かっているのかをはっきりさせておくと効果的です。試験範囲を見て、自分が満点を取れるような問題を作るのが重要なポイントです。自分で満点が取れるということは、分かっているといってよいことですので、それを基礎にして、ほかのことをどんどん積み重ねたり、関連付けたりして勉強していけばよいのです。

「分からないことがあること」を認め、「何が分からないのか」を明らかにすることが重要です。「分からないこと」を「分かる」ためにどうするかを、考え、粘り強く実行しましょう。



## 生活を充実させる環境づくりを

残念ながら、「ゲーム依存」「ゲーム障害」という言葉が広がっているようです。携帯・スマホなどでのゲームの時間や回数などを自ら制御できないこと、社会生活に重大な支障が出ていることが増えています。携帯・スマホの使い方を制限することが必要であるということが全国的にも広まっており、身近でも、契約を解約している人が出てきています。

思春期においては、規則正しい生活が必要で、適切な睡眠時間を確保することはもちろんですが、日光を浴びて生活すること（自然の環境で生活すること）で、精神的・身体的にもバランスのとれた成長をすることが重要です。まず、今の生活を充実させないことには、その先はなかなか明るい未来が見えないということだと思います。目の前の一日一日を健康的に過ごすように考えてみてください。

将来の社会を創っていく中学生に、健康的な生活を送るための環境づくりが求められています。



---

## 自分が満点を取れるテストを作る方法とは

教科書は学習指導要領に基づいて編集されており、中学生にとって期待される学力を付けるための教材です。教科書には、その使い方が説明されていますので、読んでおきましょう。

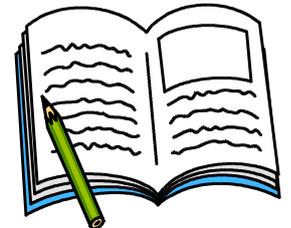
1 教科書では、単元、章、節など、学習内容をひとまとまりにして載せています。

それぞれのまとまりで、学習内容がどのように積み重なっているのか、どのようにつながっているのかなど、つまり、何が基礎・基本になっているのか、それが土台になって何につながっているのかなどを分かることができます。このように学習内容がひとまとまりになっていることを意識して、このひとまとまりについて問題を作ることにします。



2 1で学習内容のまとまりを意識できたら、その中で教科書に太い字、色別、枠囲み、表などで強調されていることがらを見付けます。これらが、この学習内容での大事な言葉、見方や考え方といえます。このとき、例、例題や節、章、単元の終わりにある問題を参考にします。特に、単元の終わりにある問題は、その単元での学習内容が身に付いたかどうかを確認する問題になっていますので、便利です。自分が満点を取れる問題にするための参考にするとよいです。

3 2で考えた問題を、ノートや白紙などに必ず書いてみます。頭の中で考えるだけでなく、実際に、文字、図、表にしてみることです。こうすることで、自信のあるところとないところ、何がどれくらい分かっているのかをはっきりさせることができます。これを繰り返していくこととなります。



---

「わたしは考える、ゆえにわたしは存在する〔我思う、故に我あり〕」

ルネ・デカルト（フランスの哲学者、1596～1650）

---

令和2年1月31日発行