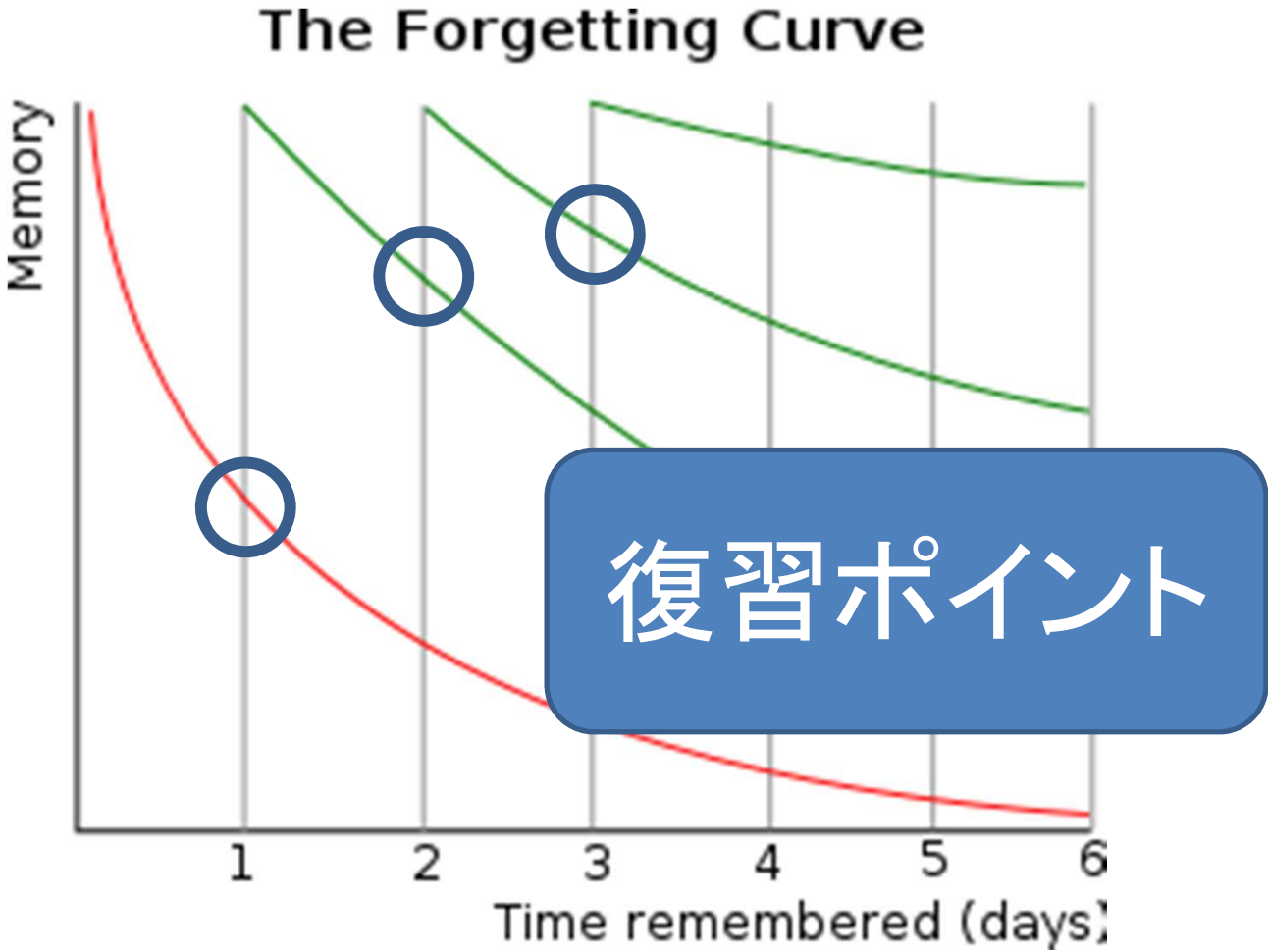


忘却曲線



復習 3つのタイミング

①「今日」の復習

②「先週」の復習

- ・「帰りの時間」に行うのが効果的
時間割が同じなので先週の教材もノートももっているから(電車のなかで一教科5分)
- ・やったら、手帳の帰りの時間帯に○印を！

③「単元」終了時の復習

- ・「セルフテスト」をここで行っておくと定期試験前にあわてなくて済む。疑問点は早期発見、早期「補修」！手帳に「セルフテスト」の予定を記入

- クラブも真剣にやってるのに、テストも高得点、そんなクラスメートが周りにいませんか？
- そんな人がやっている勉強の秘訣をここでは紹介します。
- それは、規則正しく復習することです。
- 一回一回の復習時間は短いのですが、「タイミング」がよければ短時間でも効果が上がるのです。それは、「忘却曲線」の考え方に即した方法を取った場合です。
- 人間は忘れる動物です。どんどん覚えたことを忘れてしまい、皆さんも覚えても無駄だと感じたこともあるでしょう。

- 忘れてしまうのは、仕方ないのですが、そのスピードを遅らせたり、最終的にはずっと覚えていることを実現する方法があります。それが、「忘却曲線」の考え方を元に「タイミングを計って」復習する方法なのです。
- まず、翌日、二回目を一週間後、三回目を一か月後というようにタイミングを計った復習をします。
- この方法を取れば、一回の復習（振り返り）の時間は短くても記憶が定着する度合いが高まるのです。
- フォーサイトではこのタイミングを管理することが可能です。単語の暗記などからぜひ試してみてください。

実践例(英単語の暗記)

今週の目標やテーマ		3/30月		3/31火		4/1水	
今週のやること	結果	やること	結果	やること	結果	やること	結果
1 旺文社・長文読解[20!]	□	(23)-(25)	○	(26)-(28)	○	(29)-(32)	△
2 数Ⅰの問題集[20!]	□	4	□	4	□	4	□
3 [英単語エクサ] 1回目(P60-80)	□						
4 [英単語エクサ] 2回目(P20-40)	□						
5	□						
6	□						
7	□						
8	□						
9	□						
10	□						
まであと	日	2	□	2	□	2	□
今週の家庭学習時間目標	時間	3	□	3	□	3	□
		4	□	4	□	4	□
		5	□	5	□	5	□
		6	□	6	□	6	□
		7	□	7	□	7	□
		16	□	16	□	16	□
		17	□	17	□	17	□
		18	□	18	□	18	□

1回目「赤色」

2回目「黄色」