

本村小学校

だより

第9月号



発行所 港区立本村小学校
〒106-0047
港区南麻布3-9-33
TEL:03-3473-1462
FAX:03-3443-8535

校長 山村 登洋

「忘却曲線」と「復習」

「子供たちが戻って来た！」



か。これから学校で子供たちから楽しかった夏

は、無意味な内容を記憶し、時間

44日間といういつもより少しだけ長い夏休みが終わり、学校には、再び子供たちの笑顔や声が戻ってきました。当たり前ですが、学校には子供たちの姿が一番似合います。今年は寒暖の差も激しく、また天候も不安定な夏でしたが、ご家庭ではどんな夏休みを過ごされたでしょう

忘却曲線を考える

皆さんはドイツのエビングハウスの「忘却曲線」をご存じでしょうか。学生時代に一度は触れたこともあるかと思えます。これは、無意味な内容を記憶し、時間

休みの思い出を聞いてみたいと思います。本日より長丁場の2学期がスタートしました。2学期は各教科の授業内容はもちろんのこと、学校行事も豊富に教育活動に組み込まれています。1月に、実に19年振り

と共にどれだけ忘れてしまうかを数値化したものです。そのデータ結果が次のようなものになっています。



- 20分後には42%忘れる
- 1時間後には56%忘れる
- 9時間後には64%忘れる
- 1日後には67%忘れる
- 2日後には72%忘れる
- 6日後には75%忘れる
- 1ヶ月後には79%忘れる

分忘れてしまうなんて、勉強するのが怖くなってしまいますね。でも、この結果はあくまでも無意味な内容を記憶する実験です。もし、意味のある内容だったら結果は違ってきます。「海星(ひとで)」という漢字を覚えるときに海に星と書いて「ひとで」と覚えるのでは、この忘却曲線と同様な結果になるかもしれま

せんが、「ひとで」って、形が星に似ている。海の生き物で星に似ているから「ひとで」って漢字で書くんだとイメージして覚える。この結果よりはるかに記憶している時間は長くなると思います。ここで分かることは、①記憶者にとって意味のあることや重要なものの記憶は楽であり、無意味なものはすぐに忘れてしまう。②1度目の暗記よりも2回目の方が簡単である。③一度にたくさん記憶するより、何回かに分けて学んだ方が記憶効率は上がる。④記憶した直後から物忘れは始まり、最初は一気に忘れ、次第にゆっくりと忘れる。ここで、記憶という言葉を「学習」に置き換えてもう一度読んでいただきたいと思えます。これをお供たちの学習に役立てていくことはできないでしょうか。どう復習をしていけばしっかりと記憶を維持することができるでしょうか。これについては、カナダの

ある研究所が次のようなことを述べています。学習後24時間以内に10分間学習(復習)すると、ほぼ100%記憶は戻る。次の復習は1週間以内に5分程度行えば記憶は戻る。1ヶ月以内に2,3分復習すれば、再び記憶は復活する。という検証結果を発表しています。少し乱暴ですが1ヶ月の間に17,8分復習すれば1ヶ月後も記憶したことは忘れずにいれるのです。人間である以上、忘れるという現象は避けられません。人間は忘れる生き物なのです。この方法を上手に活用して、長い2学期の学習で大きな成果、結果を残していけると嬉しいです。

- 【復習のタイミング】
- 1日目に10分
 - 1週間目に5分
 - 1ヶ月目に2,3分

夏休みは間近