

学習だより

第10号

令和3年12月23日発行

宇都宮市立姿川中学校学習指導部

文責 大島 信子

◇冬休みの学習について◇

冬季休業日は、12月25日（土）から令和4年1月10日（月）までの17日間です。今年の自分の学習について振り返るとともに、年が明けたら「新年の抱負」を掲げて、目標に向かって努力し、自分の成長を実感できるような、素晴らしい一年にしていきたいと思います。



勉強をするのは、人生を楽しく、豊かにするため

これは、『学びのカタチ 優くん式「成績アップ」5つの秘密』（佐藤優著 NHK出版）の中の言葉です。著者は、どんな勉強にも応用できるし、受験をしたり大人になって仕事をしたりするときにも役に立つ「学びのカタチ」として、次の5つを挙げています。

- ① ワザありの時間管理術
→スケジュールノートを作り、1日のうちに勉強する時間を確保すること。
- ② 90分間、机にむかって集中するコツ
→はじめに勉強することを決めておくこと。
- ③ 苦手なところ・弱いところを自覚する方法
→理解できるところから積み上げること。
- ④ スイスイ暗記するための奥の手
→丸暗記ではなく、意味を理解すること。まずは、教科書の音読。
- ⑤ インプットとアウトプットの方法
→知識を吸収することがインプットで、基本は「読む」と「聞く」。
学んだことを書いたり話したりすることがアウトプット 2つのバランスが大事。



※自分の学習法を見直す参考になります。この本は、図書室にありますので、是非、読んでみてください。

【1・2年生の皆さんへ】 ◇1月11日（火）に課題テストがあります！◇

この冬休みは、苦手教科の克服に重点を置いて学習計画を立てましょう。分からないことがあったときに、分かるところまで戻って学習し直すことで、解決できることがあります。さらに、読書や作品制作、百人一首など、冬休みだからこそできる学習にも取り組んでみましょう。AIドリルにもチャレンジしましょう。また、進んで家の手伝いをするなど、家族の一員としての役割を果たしてください。

【3年生の皆さんへ】

3年生にとって、冬休みは正念場です。年明け早々、私立高校の入試が始まります。気持ちが落ち着かないこともあるかもしれませんが、「今まで頑張ってきたことを十分発揮するぞ！」という強い気持ちで、しっかり準備してください。そのためには、冬休みに入っても気を抜かず、次の2点を実行してください。

- ① 規則正しい生活習慣を保つこと。夜型だった人は、朝型に変えて、1時間目のテストからしっかり頭が働くようにしておきましょう。
- ② 風邪をひかないように注意すること。万全の体調で当日の入試に臨めるように、健康管理に努めましょう。



◇読書をしよう◇

Q：質問 次の（ア）、（イ）で成績が高いのはどちらでしょうか？

- （ア） 1日の勉強2時間以上で読書を全くしない人
- （イ） 1日の勉強30分～2時間未満で読書を10分～30分する人



☆これは、DS「脳トレ」で有名な東北大学の川島隆太教授が研究チームを作って実証したものです。

1日に2時間以上も勉強している人が、それ以下しか勉強していない人より成績が悪いという実験結果が報告されています。衝撃的だったのは、たとえ「2時間以上勉強」しても、「ほとんど勉強しないが読書はする人」と同じ成績になってしまうということです。 【上記質問の答え（イ）】

それなら、「勉強しなくても読書だけしていればいい」ということではありません。基礎・基本の定着のためには、繰り返し練習することが必要です。また、ノートにまとめたり覚えたりしたことを使って、実際に問題を解くことを積み重ねることで、本当の実力となっていくものです。これらをしっかり行うためには、まとまった学習時間が必要不可欠です。しかし、勉強しているのに平均以下の成績だとか成果が出ないという原因が、読書にあること、読書が学力を左右しているという事実には、なかなか気付かないものです。勉強に加えて1日たった30分の読書を取り入れるだけで、偏差値が約3ポイントもアップする可能性があるというのですから、すぐにでも読書の習慣を身に付けたいものです。

（参考文献『「本の読み方」で学力は決まる』青春新書 川島隆太 監修）

◇AIドリル「Qubena（キュビナ）」を使ってみよう◇

冬休み中も Chromebook を家に持ち帰りますから、右のホーム画面から AI ドリルにチャレンジしてみましょう。夏休み前にもこの話をしましたが、取り組んだ人は少なかったです。しかし、中には1教科当たり120分位、5教科すべてに取り組んでいた人もいました。素晴らしいですね。

クイズ感覚で、自分のペースでどんどん進めていくことができます。小学校の問題も載っていますので、今の学年の学習に苦手意識のある人は、分かる学年まで戻って学び直してみるといいですね。どの学年でも、どの内容でも自由に取り組むことができます。学級担任や教科担任は、誰がどの教科を何分間取り組んだか分かるようになっていきます。ぜひ、たくさんの問題に積極的に取り組んでみてください。



〈開き方が分からない人へ〉

- 1 クラスルーム→全体
- 2 右の記事を見つけて、ログインの URL をクリック。
- 3 キュビナの画面になる。
→Google でログイン
- 4 教科や単元を選択して、取り組む。
解いた後は解説も読むようにしましょう。

