



学習通信

学習指導係発行（第2号）

令和3年6月10日

～スタディサプリ特集号～

この時季だからこそ出来ること

雨の日が増えましたね。じめじめした空気が漂い、気分も下を向きがち…という人も多い季節の真っ只中です。しかしそのようなときこそ、前向きな姿勢で学習に取り組むことが出来るようになれば、これから様々なことを乗り越えていかねばならない、皆さん学生の強みとなるはずです。まずは、**短時間でも効果的に学習ができる方法**を探りましょう。

すでに卒業後の進路に向けて、具体的な活動を始めている3年生、昨年のこの時期からようやく高校の授業が始まったため、うまく慣れないけれど頑張っリズムを整え始めている2年生、そんな先輩たちの姿を見ながら懸命に学校生活を送る1年生。皆さん眠る余裕もないほど忙しくしていることでしょう。本年度から3学期制になったため定期試験の回数が増え、試験勉強のスケジュールに合わせて頑張っているけれど「眠気に勝てない」「でもここが終わらなければ寝られない」といった声が、C l a s s iにもよく上がっているようです。それだけ、試験や学習に対する関心・意識が高く、努力を継続しようとしている心の現れだともいえるのですが、眠いときにあまり無理を続けると、実は体にも心にも悪影響を与えるばかりなのです。

大事なものは、睡眠時間を削って「学習時間」を増やすということではなく、短時間でも、その間の「**学習量**」をいかに増やしていくかです。例えば、夕食後、入浴するまでの15分間で英単語を〇〇個暗記する、問題を一つ解くなどの小さな目標を定めましょう。時間内に出来なければ、そのときは解答を見て、解き方を確認するなどしても良いのです。集中力を高めるためには必要な訓練です。また、何か気になる事柄があるのであれば、後回しにするのではなく、先に消化することも、集中力を上げるための一つの手ですね。

さらに、集中力を高め脳内に入れ込んだ情報は、**早い段階で復習**をしましょう。せっかく記憶した情報や、理解することができた問題も、1か月以内に一度も復習することなくそのままにしてしまうと、頭の中には定着せず、その場限りの学習になってしまうからです。

そして、定着させ自分のものにした力を、最終的に、入試などの本番でいかに活用できるようになるかが、皆さんの成功の鍵となります。1、2年生の皆さんも、定着させた自分の力を試してみるためにも、入試の過去問を試しに解いてみてはいかがでしょうか？自分の実力を試すために模擬試験に挑戦するのも良いですね。そのような場で求められる力を努力した分だけ発揮できるようになるために、やはりおすすめしたいのが、先日「ドラゴン桜」でも紹介されていた

スタディサプリなのです。

スタディサプリを活用しよう！

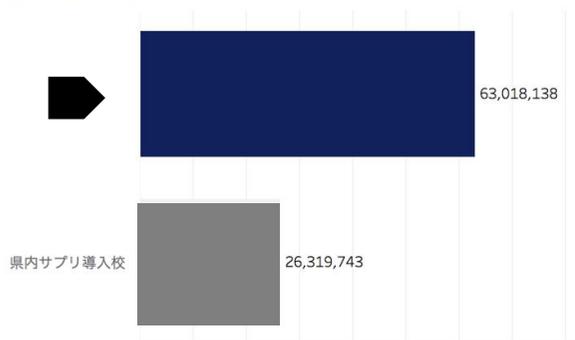
すべての人に与えられた時間は、基本的には平等です。けれども、どうしても個人差というものも生まれます。同じ量を暗記したり、同じことを理解するのに30分かかる人も居れば、10分で済む人も居ます。誰にでも得意不得意があるのですから、それは仕方ありません。

スタディサプリは、自分自身の理解できていないところ、記憶にないところまで戻って、学び直すことが出来ます（小学校の学習から可能！）。自分にとって必要な講座を自由に選んで、いつでもどこでも、しかも繰り返し視聴することで定着に結びつきます。スポーツや楽器の繰り返し訓練と同じ効果が、学習にも現れるのです。今はまだ、部活動や習い事等に一生懸命で忙しく、それどころではないという人も、短時間だけ集中して視聴する、という習慣を作り始めてはいかがでしょうか？難しいですか…？

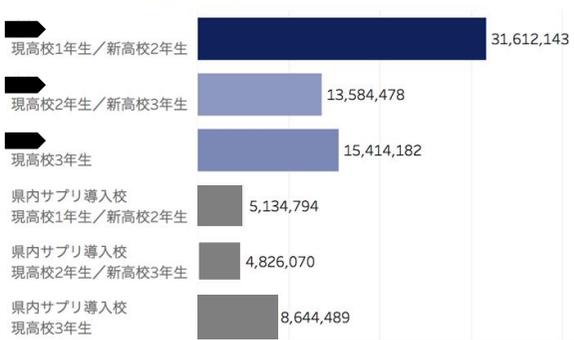
ではここで…湘南学院生の、スタディサプリ利用率について見てみましょう。

〈2020年度 湘南学院高校のスタディサプリ視聴時間（と県内サプリ導入校）➡が本校〉

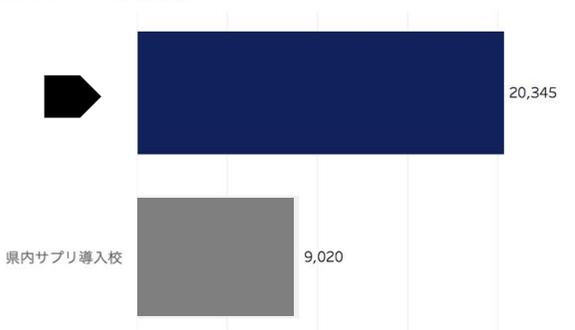
視聴時間(分)



動画視聴時間(学年別)



確認テスト回答数



確認テスト回答数(学年別)



もちろん、宿題配信等とも連動していますが、他校を大きく上回る状況で、皆さんの活用意識も高いです。6月10日に、スタディサプリ到達度テストが配布されます。自分の苦手分野を克服する良い機会です。大いに活用しましょう。