

みなさんは、学習の成果を上げるために、何か工夫をしていますか？

きっと、いろいろな工夫をしていることと思います。でも、それと気づかないこともあるはず。私たちは学習をしながら、意識的にも無意識的にも様々な工夫をし、技術を身につけていきます。それを「学習スキル」と言います。

そこで今回は、みなさんがどんな学習スキルを使っているのかを調べ、より成果の上がる学習の仕方を考えてみたいと思います。

学習スキルチェック

ふだんの授業中や自分で学習するとき、次の項目にどの程度あてはまりますか。

	はい	やや はい	やや いいえ	いいえ
①授業中は、何が重要か考えながら聞く。	4	3	2	1
②授業中、大事なことはノートをとる。	4	3	2	1
③ノートなどで、重要な部分に印をつける。	4	3	2	1
④覚えるときには声に出して読む。	4	3	2	1
⑤覚えるときにはくり返し書く。	4	3	2	1

A

	はい	やや はい	やや いいえ	いいえ
①学習しながら、自問自答している。	4	3	2	1
②学習中、覚えたかどうか自分で確かめる。	4	3	2	1
③思い出すとき、記憶の手がかりを探す。	4	3	2	1
④自分の頭の中の働きをわりと意識している。	4	3	2	1
⑤どこが分からないのかは、自分で分かる。	4	3	2	1

D

	はい	やや はい	やや いいえ	いいえ
①授業中の説明を、具体的に考えながら聞く。	4	3	2	1
②学習内容を自分の経験と結びつけて理解する。	4	3	2	1
③先生の説明の具体例が知りたくなる。	4	3	2	1
④学習内容をイメージ化して覚える。	4	3	2	1
⑤語呂合わせなどの手がかりを考えて覚える。	4	3	2	1

B

	はい	やや はい	やや いいえ	いいえ
①学習に集中するために工夫する。	4	3	2	1
②答えが間違っても、めげずにまたやり直す。	4	3	2	1
③自分なりに勉強のやる気を出す方法がある。	4	3	2	1
④苦手な教科も好きになる工夫をしている。	4	3	2	1
⑤なぜ学習するのか、自分なりに納得している。	4	3	2	1

E

	はい	やや はい	やや いいえ	いいえ
①授業中の説明を聞きながら、なぜ？と考える。	4	3	2	1
②学習内容のポイントは何かを考える。	4	3	2	1
③今の学習と前の学習とのつながりを考えている。	4	3	2	1
④学習内容を分類したり、まとめたりして覚える。	4	3	2	1
⑤学習内容を、表、図などに整理して理解する。	4	3	2	1

C

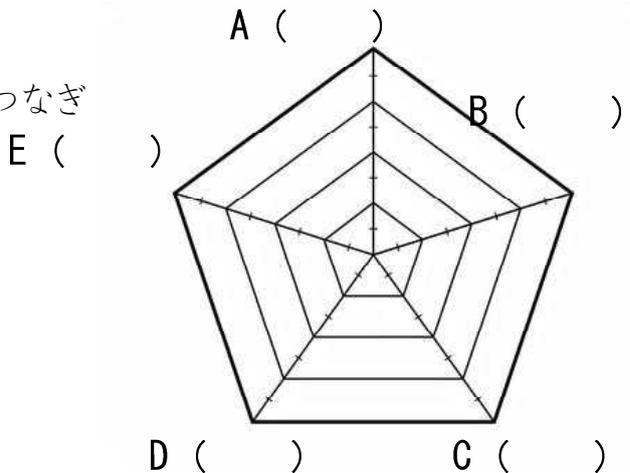
※ 終わったら、○のついた数字をブロックごとに合計し、右下の欄に記入しましょう。

裏面に続きます。

自分の学習スキルの傾向を知ろう

(1) グラフ作り

- ① A～Eの数を()に記入する。
- ② メモリの上に印をつけて、色ペンでつなぎレーダーチャートを作ろう。
- ③ できたら解説を読んでみよう。



(2) 解説

このグラフは、みなさんが学習するとき、有効なスキルを使っているかどうかを表しています。グラフの広がり大きいほど、多くの学習スキルが身についています。数値の高いスキルはよく使っていますが、低いスキルは、あまり使っていないものです。以下の解説を読んで、なるほどと思うところにはマーカーを引こう。

※ マーカーを引くのも「意識化」のスキルです。

A **意識化** のスキル

学習中は、大事なところはどこかと考え、わかりやすいように印をつけたり、ノートに書いたりします。これらは、学習内容を明確に意識化するための方法です。覚えるときも、声に出したり、紙に書いたりすると、意識が集中し効果的です。

D **自己モニタリング** のスキル

学習中は、何がわかったか、わからなかったか、常に自問自答していきます。さらに、自分で自分に問題を出し、本当に覚えたかを確認めます。そうすれば、「覚えたつもりなのに、テストができない。」ということはなくなります。

B **具体的理解** のスキル

私たちは、具体例があると意味が理解しやすくなります。先生の説明に具体例がないときは、質問したり、自分で考えたりしてみます。記憶するときも、イメージ化や、具体的手がかりを考えることで、うまく覚えられます。

E **感情コントロール** のスキル

何かのきっかけで勉強へのやる気が高まったり、結果が思わしくなくて落胆したり、なかなか成果が出なくて不安になったりと、学習は感情に左右されます。そうした感情にうまく対処することが、学習の成果を上げるためには重要なのです。

C **論理的理解** のスキル

学習内容には必ず一貫した意味や因果関係があり、それを理解することが大切です。そのためには、要点は何か、どういう関係なのかと考えることです。前の学習内容とのつながりを考えたり、表や図で分類整理したりするのも有効です。

これらはすべて、大脳の働きに即した方法です。

私たちは勉強をしながら、自分の脳の使い方を練習しているともいえます。