

進路・学習だより 第6号

高松中学校 校長 塚田 秀和
進路指導主事 上谷 由喜

未来への鍵・その6



~2学期は「忍耐」の時期

「学習の成長曲線」を理解するべし!!~

夏休みの学習の成果は…?

9月3日に行われた「実力テスト」では、夏休みの学習の成果を発揮できたでしょうか?採点をしていると、「思うように学習が進まなかったのかな…?」と心配になるような解答もありました。今になって「もう少し頑張っておけば…」と後悔しても、もう貴重な夏休みは戻ってきません。また、あれだけ勉強したのに、「結果が出なかった…」と落ち込んでいる人もいないのでしょうか。

テストには、**自分の理解の不十分なところや学習方法の改善点を理解する、そして学習の意欲を高める**という目的があります。テストが終わったらそれで終わりではありません。**次の学習に役立ててこそテストの目的も達成できる**というものです。

特に、これからのテストでは入試レベルの問題が出題されます。類似問題であれば、次は確実に答えられるようになるまで、復習をしておきましょう。



テストの点数、成績は、滑走路を走る飛行機と同じ

飛行機は、滑走路を結構な距離走ります。そして、ある地点まで行くと、ふぁっと浮かび、浮かんだあとはあっという間に大空のかなたへ飛んでいってしまいます。

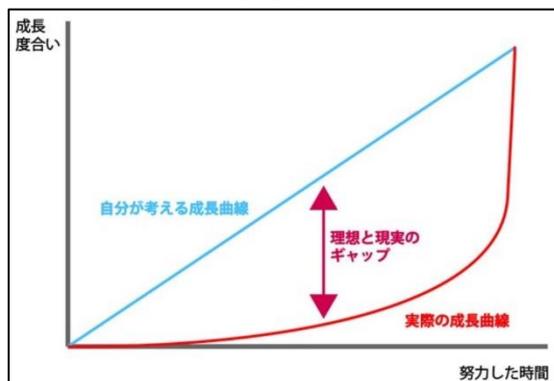
テスト点も同じです。グラフ1を見てください。成績はグラフのように直線状に伸びていくのではなく、**低空飛行から急に伸びていき曲線状にあがっていきます**。ほとんどの受験生は、直線的に成績が伸びると思っているので、そこで現実とのギャップが生じてしまい、勉強のやる気を損ねてしまいます。

そこで、この「学習の成長曲線」について知っておくことが大切になってきます。なぜなら、知っているか知らないかで**勉強のモチベーションに大きな差が出る**からです。知らない人は、

「こんなに勉強してるのに成績が伸びないのなら、もう無理だ」という心理状態になってしまうかもしれません。しかし、「学習の成長曲線」を知っていれば、「成績は一気に伸びるから大丈夫」という**心理的余裕が生まれる**ので、焦ったり心が折れたりすることはありません。

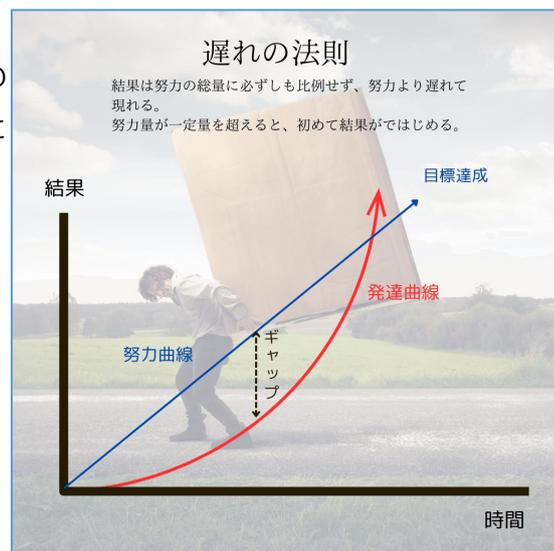
そして、実はこの成長曲線は、受験以外でも活用されることが多いのです。習い事や趣味の学習はもちろん、スポーツなどでも成長曲線の特性があるといわれています。たしかに成績という面では、受験もスポーツもコツコツ継続しなければならないという点で共通しています。要するに、**何事も成果が目に見えるまでには時間がかかる**ということです。

<グラフ1>



遅れの法則

結果は努力の総量に必ずしも比例せず、努力より遅れて現れる。
努力量が一定量を超えると、初めて結果がはじめる。



「学習の成長曲線」における3つのポイント



1 必ず**停滞期**は来る

グラフ2を見てください。「学習の成長曲線」の特性のように、成績は**停滞期がきて急に伸びます**。それを繰り返して階段状に成績が伸びていき、気づけば最初にいた位置からかなり高いところまでできていたりするものなのです。よって、「停滞期がくるのは当たり前」の精神で継続していくと、精神的に楽に受験勉強を続けられる可能性が高いです。むしろほとんどが停滞期で基本的には伸びないというくらいに思っておいたほうがいいかもしれませんね。

個人差はありますが、今の努力の結果が出てくるのは早くて3ヶ月だと思っておきましょう。中には5ヶ月かかる人もいます。

2 「**継続**」を目標にする

「学習の成長曲線」の特性から、正しい方法で継続していれば必ず伸びます。ですから、成績アップを目標に勉強するのではなく、**毎日やるべきことを継続することを最低目標にしてしまう**のも1つの策略です。

もちろん、最終目標は成績アップです。しかし、どうしても成績アップを目標にしてしまうと、模試や学校の成績などの数字に踊らされてしまいます。テストで取った数字は参考にする程度にして、まずは継続して勉強することが最重要です。

3 **目標の細分化**

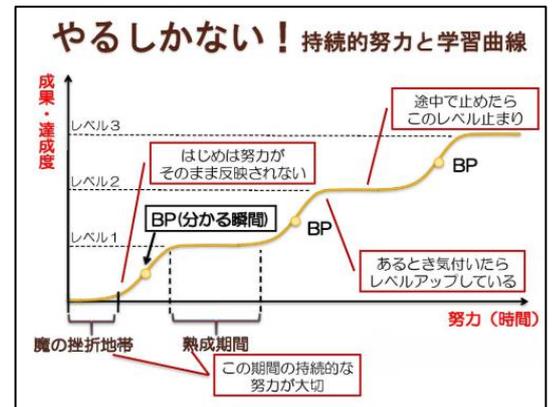
受験の目標を「〇〇高校合格！」などにしていませんか？もちろん最終目標はそれでいいのですが、これだけだとあまりにも漠然としすぎています。グラフ3を見てください。

まずは**時期を区切って（ステージごとに）目標を細分化**しましょう。目標や内容は人それぞれですが、例えば今月は「参考書一冊網羅・1日1ページ」など、**小さな目標**をいくつも作るのです。焦って詰め込みすぎなくて大丈夫です。結局できなかつたら意味がないので、**簡単にできる目標**にして、これを必ずするようにしましょう。1日ずつのやりがいはいさ少ないかもしれませんが、「学習の成長曲線」の特性から数か月後にはとても大きな成果に繋がります。ですから、**小さな目標を毎日達成すること**が受験勉強を継続するコツです。

「学習の成長曲線」について理解することができたでしょうか？直接勉強にかかわる理論ではなく、精神的な面で非常に有効的な理論だと思います。やはり、受験勉強において**メンタル面での影響はかなり大きい**です。**何事もめげずに継続することが最も大切**です。継続という一見地味なことをコツコツできる人に成績もついてきます。追い詰められることなく、楽な気持ちで地道に受験勉強を頑張ってください。

皆さんは今、滑走路をひたすら走り続けています。きっとある地点でふわっと浮かんで、大空（合格）に向かって一気に飛んでいくことでしょう。

<グラフ2>



<グラフ3>

