



# たかみ

北九州市立高見中学校 学校通信  
 平成30年 1月 9日 No.13  
 発行責任者 校長 丸山誠吾  
 学校所在地 八幡東区高見四丁目4番1号  
 TEL 093-651-1886 FAX 093-651-1899

明けましておめでとうございます。本年も本校の教育活動等に、より一層のご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。

## 「3学期始業式」の式辞から 復習を繰り返すことで記憶量が増加する!

今日から3学期がスタートしました。3学期の各月は「1月は行く、2月は逃げる、3月は去る」と言われます。気を抜いていると「あっ」という間に過ぎてしまいます。また、1月5日(小寒)から2月4日(立春)までのおよそ30日間を「寒の内」と呼び、冬の寒さが最も厳しい時期になります。生徒の皆さんは、インフルエンザやノロウィルスなどにかからないよう健康には十分に注意するとともに、各学年の学習のまとめに力を入れ、進学や進級の準備に力を注いでほしいと思います。

冬休み期間中、大きな事故や事件もなく生徒の皆さんと再会できたことを何よりも嬉しく思います。3学期はそれぞれの学年のまとめの時期ですが、授業時数が一番短い学期です。この短い期間に、しなければならないことが山ほどあります。とりわけ、3年生にとっては義務教育最後の学期であり、自己の進路を決定する大切な時です。悔いの残らないよう全力を尽くしてください。また、1・2年生も、進級を前にして、基礎をしっかりと固めて、充実した学校生活を送れることを期待しています。

年の初めは誰もが「今年こそは」と、心に期した抱負があると思います。私自身も「今年は、チャレンジ精神を忘れず、一日一日を前向きに過ごす。」と決めました。しかし、その気持ちも1日、2日と日が過ぎるにつれて薄れ、楽な方に流されてしまうことがあります。人間は「夢」や「目標」があるからこそ、前向きに努力できると思います。「夢」や「目標」の実現に向けて頑張ってください。

生徒の皆さんは、日頃の勉強の中で学習したことを忘れてしまい、小テストや定期考査等で苦勞した経験があると思います。2学期末の先生方の学力向上についての会議において、生徒の学力向上に向けた様々な取組が紹介されました。ある中学校では「記憶のメカニズムを知り、効果的な学習方法を探る」内容で、全校生徒の「家庭学習をより効果的に行なう」を実践している話を聞きました。本校においても、全国学力・学習状況調査等の「生活実態調査」結果からも「家庭学習」の時間が少ない生徒が多いことがわかっています。

そこで、「復習を繰り返すことで記憶量が増加する」ための効果的な学習法を紹介します。ドイツの心理学者のヘルマン・エビングハウスの「エビングハウスの忘却曲線(ぼうきやくきょくせん)」を知ることで、記憶の寿命が理解できます。また、イギリスの哲学者、数学者のバートランド・ラッセルの「ラッセルの効果的学習法」に、復習を繰り返すことで記憶を回復させることができるといわれています。上のグラフに示した「記憶と忘却(忘れるという意味)時間」と「復習をする・しない」の関係で記憶量の増加が理解できます。一日の限られた時間の中で、いつ学習(復習)をすれば、より効果が上がるかを考え、実践してみましょう。

是非、皆さんの「夢」や「目標」の実現のためにも、自分の生活を振り返り、意識した生活習慣を考えてみてください。これから受験という壁を越えようと努力している3年生、そして、新たな目標をもち、日々の努力を決意する1・2年生に、それぞれの思いを込めて、毎日を大切に過ごして欲しいと思います。

記憶



## 1・2月の主な行事予定

- 1/ 9(火) 始業式
- 1/10(水) 1・2年市学力状況調査(国A・B, 数A・B)  
3年学力定着度調査(5教科)
- 1/11(木) 1・2年市学力状況調査(理・英・質問紙)
- 1/20(土) 土曜日授業(富永裕輔ミニライブ)
- 1/23(火) 私立高校推薦入試
- 1/30(火)~2/1(木) 私立高校一般入試
- 2/ 1(木) 1・2年学力定着度調査(5教科)
- 2/ 2(金) 入学説明会(小学6年生対象)
- 2/ 6(火)・7(水) 公立高校推薦入試
- 2/ 7(水)・8(木) 3年保護者会
- 2/21(水)~23(金) 学年末考査