

## 水泳の授業が始まります！

～毎年恒例の3年生プール掃除がありました～



体育の授業で水泳の授業が始まります！

プール開きに向けて、17日（水）の体育の授業でプール掃除をしました。7組の子たちが頑張ってきれいに掃除してくれました。プールに新しい水が入っていることには気付きましたか。3年生は早いクラスで26日（金）から水泳の授業が始まります。水泳は限られた期間しか実施できませんので、下記の準備物と体調を整え、授業に参加できるようにしておいてください！

### 【準備するもの】

水着（黒・紺などでワンポイント程度までの競泳用水着）、帽子（何色でも可）、ゴーグル（必要な人のみ）、タオル、半袖・ハーフパンツ

※ゴーグル以外の持ち物には必ず名前を書きましょう！！



## 期末テストが近づいてきました。

今月は中間、実力、期末と3つのテストが行われ大変ですよ。期末テストに向けての学習は順調ですか。今週火曜日から3年生での進路学習が再開しました。進路決定、受験に向けての心構えと準備を整えていきましょう。

今回紹介するのは【脳の特性】です。【脳の特性】を知って効果的な覚え方をしていきましょう。脳の特性を下に5つ挙げます。

### 【脳の特性】

- ① 脳は忘れっぽくできている
- ② 脳は興味のあることを記憶する
- ③ 脳は目立つものを覚える
- ④ 脳は気分が高まると記憶する
- ⑤ 丸暗記より、理解すると覚えられる



### ① 「復習すること」

勉強したことを、反復して学習することによって脳に「重要な知識」と認識させることが大切です。脳は重要なものだととらえると長期記憶しようとして、一度やっただけで暗記できるほど、脳のしくみは甘くないのです。

### ② 「興味のあることは覚えやすい」

自分の興味のあることや好きなものは、一度見ただけでも覚えられます。好きだからこそ多く接する機会があるので、ますます覚えやすくなる、ということもあります。これを勉強に応用することは、かなり有効な覚え方です。

### ③ 「目立つもののほうが覚えやすい」

この特性を応用したものが、蛍光ペンや赤ボールペンで、参考書や教科書に線を引く方法ですね。ほかの箇所よりも目立たせることによって、「ここは重要だ」とアピールできます。

また、ペンで目立たせることによってテスト直前の最終チェックに役立ちます。赤ペンで塗りつぶせば、赤シートで隠すことによって見えなくすることもできます。これは私もやっていた勉強方法です。多くの人がやっている勉強方法かもしれませんね。

そのほか重要なページの端を折ったり、付箋をつけるという方法も効果的です。とにかく目立たせることで暗記しやすくなります。

### ④ 「気分が高まると覚えやすくなる」

②に出てきた「興味あることは覚えやすい」ということに似ていますが、少し違います。ここでいう「気分が高まる」というのは、一種の緊張感です。たとえばテスト直前になると、いつもより集中力が増して、なんだか記憶力がアップしたように感じたことはありませんか。

このような「適度な緊張感」は、試験前だけでなく、ふだんでも作り出すことができます。たとえば1時間だけ勉強すると決めて集中してください。1時間で全部やっしまおう！というのですから、脳細胞は最大限の力を発揮しようと頑張ります。

### ⑤ 「丸暗記するよりも、理解したほうが記憶しやすい」

10歳くらいまでは見たものをそのまま丸暗記するやり方でもいいですが、それ以降は内容を理解しながら覚える学習に切り替えたほうが、脳にとっては自然に記憶されやすくなるようです。テスト前日の丸暗記は一時的に覚えるだけの短期記憶になることが多いです。理解して覚えられるように計画的に進められるといいですね。

1学期最後のテスト、頑張りましょう！健闘を祈ります！！

**Fight!**

