

篠ヶ谷圭太著「使える！予習と復習の勉強法—自主学習の心理学」ちくま新書、2024年3月10日刊を読む

開倫塾

塾長 林明夫

本書は、

「深い理解」とは「学んだことを自分のことばでいえる（表現・説明できる）こと」という考えに至るヒントをいただいた、2024年に読んだ本の中で、最も示唆に富む本です。

塾生・保護者・地域社会の皆様、ビジネスパートナーの皆様、時間講師の先生方を含め、すべての社員のみなさまにも、本書をご紹介ください。必ず、お役に立つと、確信いたします。

### 1. <問題を解けるようになるには>

「過去の事例を新しい事例に当てはめながら考える」

「問題の特徴を自分のことばでまとめておくことで、類推がしやすくなり、似た問題が出題されたとき、解きやすくなる」

「複数の問題を解いたうえで、それらに共通する特徴やポイントをまとめておけば、別の似た問題に適用する際に確信をもって答えることができる」

「ポイントを押さえておけば、似たような問題が解きやすくなる」

「ちゃんと意識してポイントをつかむ」

「うまく類推を使って考える」

「解いた問題から、他の問題に使えるようなポイントを引き出しておくこと」

「自分が解いた問題を振り返って、『どうゆうタイプの問題か、この手の問題を解くには、どう考えるとよいか』を押さえる」

### 2. <学び方を身に付けていくために>

(1) やり方を教わる

(2) やり方をマネする

(3) 一人でやってみる

(4) いろんな場面で使ってみる

### 3. <個別学習でのトレーニング>

「間違えた理由などの教訓を引き出して、書きとどめる」

「なぜ間違えたのか」「どうすればよかったのか」

「学習者自身が教訓を引き出す」

「考えるポイントを押さえる練習」

「なぜ間違えたのか」「考え方のポイント」をメモする。

「最初は先生と一緒に考えてもらい、どういう間違えの時に、どんなポイントをメモしたらよいかを、学んでおく」

「自分でポイントをかき出すことを、繰り返し、先生や友達にチェックしてもらおうなど。工夫をしながら学ぶ」

#### 4. <弱点や勉強方法の教訓>

「問題を解くときに自分がどんなところでつまずきやすいのか」、

「自分の普段の勉強の仕方のどこに問題があるか」を見直す。

#### 5. <数学の問題を解くプロセス—問題文を読んでから答えを出していくまで—>

##### (1) 「問題を理解する段階」

###### ① 「一つ一つの文を理解する」

- ・算数・数学の「用語」の意味を理解する
- ・比例、垂直二等分線、

○わからない用語が出てきたら、「学校教科書」や「開倫塾テキスト」「参考書」などで、ちゃんと意味を押さえておく。

###### ② 「問題の状況を理解する」

- ・今わかっていることは何か、どの部分がわかっていないかなど、問題の状況がわかって、初めて問題の状況を「理解」したといえます。
- ・図表を描く能力
- ・実際に手を動かして、イメージを書いていく、図や表を書いてみる。「手を動かしながら考える」

##### (2) 「問題を解決する段階」

###### ① 「式を立てる」

- ・公式の知識
- ・円錐の体積をどうやって出すのか。

###### ② 「計算する」

- ・式が立てられれば、あとは、正しく計算するだけ。
- ・そのためには、基本的な計算ルールの知識をしっかりと押さえる。
- ・工夫して計算し、限られた時間で問題を解いていく。

##### (3) 知識を定着させるには。

①学んだ内容を自分のことばで説明してみる。自分の頭の中にある知識と、授業で得た知識をつなげていく。授業で学んだ知識を、自分のことばで説明してみる。

②なぜそうなるかまでわかっている。

③文章で書かれている内容について、「どのような意味か」「新しい情報は何か」「前に読んだこととどのような関係か」などを、自分のことばで説明できる。

6. <効果的に理解を深め、知識を定着させるためには、どのような「復習」をすればよいか>

(1) 一番手っ取り早い方法は、

「習った内容を自分のことばで説明してみること」

「自分のことばでいい変えたり、かみ砕いたりする作業」は、

「自分の頭の中にある知識と、授業で得た知識」とをつないでいかないとできません。

(2) 「授業で習った知識を自分のことばで説明してみる」のには、

「なんとなく分かった」のではなく「深く理解」すること。

「掘り下げた自己説明」

「たくさん自己説明した人の方が、成績がよくなる」

(3) 「なぜそうなるか」「そもそもどういう意味か」がわかっているならば「知識が精緻化する」。

「自分のことばで説明するには、頭の中の知識をつなげ、筋を通すようにすると、知識が定着する」

①「最初は、習った公式を整理してみる」

②「問題の解き方を自分で説明してみる」

③「問題の解き方のポイントをメモしておく」

<コメント>

「学習の3段階理論」では、理解・定着・応用の重要性をご説明いたしました。本書で、「予習」「授業」「復習」をていねいに活用し、学んだことを、自分のことばでいえる（表現・説明できる）ようにするには、どうしたらよいかを、学んでください。本書は、きっと皆様のお役に立ちます。皆様におすすめてください。よろしくお願いたします。お身体お大切に。

2024年12月9日（月）6時50分