

松原市立松原第五中学校 進路通信 No.11 令和 3年 4月22日

五中ホムパージ

NOBIRU



勉強ができる人はやっている！ 成績アップにつながるノート術の共通点とは？

ベネッセ 教育情報サイトより

授業が始まって一週間。授業ノートはしっかり記入できていますか？
ノートの取り方ワンポイントアドバイス！

授業の板書をノートに写すことを考えてみましょう。

ただ書き写しているだけの人と、工夫してまとめている人では、授業の理解度に差が出るようです。自分のノートの作り方を見直すことは、効率よく勉強するために工夫することにつながります。自分なりのノート術を探すことは、知識を活用することにつながると言うわけです。

成績が優秀な人は、自分が見直した時にわかるように工夫されたノートを作っているという共通点があります。大学に合格するための知識や解法を定着させるためには、ただ教科書や板書をそのまま書き写すだけの勉強では太刀打ちできません。

情報を整理し、学習内容が身につくようにノートの作り方を工夫することは、効率よく知識を定着させるだけでなく、知識を活用して考える力も育みます。自分なりに試行錯誤して編み出したノート術は、大学に進学し社会人になってからも、職場や生活の中など、さまざまなシーンで役立つ力になるでしょう。

成績が優秀な人のノート術には効率的な学習法のヒントが詰まっています。

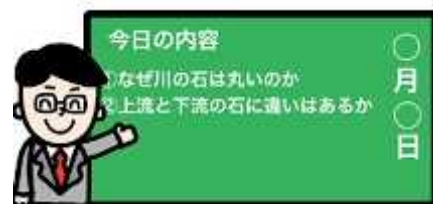
「復習しやすいように」「苦手を克服したい」など、ノートに目的を持たせることを意識するだけでも、勉強の効率を上げることができるはずですよ。

- ・授業内容を記憶に残りやすくするノートのとり方
- ・あとから見てわかりやすい、情報が整理されたノートのとり方
- ・実力アップにつながる「苦手ノート」の作り方

勉強に役立ついろいろなノート術をチェックして、自分なりの必勝法を身につけていきましょう。



授業を板書するノートは記憶に残りやすくする工夫を



勉強するためのノートには、「授業でとるノート」と「自宅で作るノート」の2種類があります。

まず、授業中のノートのとり方から考えてみましょう。先生の板書をノートに書き写す時に重要なのは、そのノートは復習に使う前提であると意識することです。

読み返した時に自分が理解しやすい形で、要点がよくわかるようにまとめられているかを考えてみましょう。

授業でノートをとる時、板書をただ写しているだけではあまり記憶に残りません。「読み返した時に授業の記憶がよみがえってくるように」ひと工夫することで、ぐっと記憶に残りやすくなります。

そのためには、**先生の話聞き板書を写しながら、**

面白いと思ったこと、気づいたこと、疑問に思ったこと
なども、ノートに書いておくのがおすすめです。

楽しかった思い出がいつまでも記憶に残るように、脳科学的にも感情と結びついた情報は記憶に残りやすいと言われています。授業を聞きながら感じたこともノートに書いておくと、見返した時に思い出しやすくなるのです。

復習に使いやすいように情報が整理されたノートにしよう

授業を受けながら復習に使いやすいノートを作るには、情報が整理されたノートにすることも大切です。文字の大きさや行間がバラバラではあとから読みにくいので、基本的なことなのですが、先生の話のペースに合わせて、できる範囲できれいに書くことを心がけましょう。

さらに、章立てが一目でわかりやすいように、見出しの書き方にルールを作ってみてください。試しやすいのは、大見出し、小見出し、本文を一文字ずつずらして揃える方法です。

文字の頭を揃えるだけで、ぐっと見やすいノートになりますよ。さらにノート術でよく取り上げられるのが、**ノートに余白を作っておく**ことです。

ノートのページいっぱいびっしりと書いてしまうと見にくいのはもちろん、ぱっと見た時にポイントがわかりにくくなってしまいます。

さらに、余白を残しておくことで、復習する時に追加の知識や自分の気づきなどを書くこともできるので、理解を深めることにも役立ちます。ノートの種類は、自分の好みや視覚効果に合わせて選んで構いません。ただしひと目でわかりやすいノートにするために、余白を意識してノートを作ってみましょう。

また、**情報を整理するためにカラーペンで色分けしたり、何色かの付箋（ふせん）を使い分けたりする方法もよく見られます。**

しかし、色が多すぎて見にくくなったり、ノートに時間をかけすぎて勉強時間が足りなくなるのは、本末転倒になってしまいますから注意が必要です。



自主学習では「苦手ノート」を作るのがおすすめ

「自宅で作るノート」は「苦手ノート」（自主学習ノート）を作るのがおすすめです。自分で勉強している時に、覚えきれていない英単語や、間違えてしまった問題など、苦手意識のあるものをピックアップして残しておくノートを作っていたという東大生も多いようです。

成績が伸びた生徒は「**テストで間違えた問題をやり直す**」「**何がわかっていないか確かめながら勉強する**」など、「**自分はどこができて、どこができないのか**」を客観的に見ながら**勉強している人**が多いということです。

できないところ、間違えたところを振り分けて、できるようになるまで取り組むことが成績が伸びる効率的な学習法と言われています。効率よく成績をアップしたいという人は、このような「苦手ノート」を用意して復習するののも一つの方法になるでしょう。