

1 学年通信『原：げん』

新宮町立新宮東中学校
令和8年4月27日(月)
第6号 文責：上村 一統

効率的な学びを習慣化するために『SN(スケジュールノート)』を活用!

さて前回までの学年通信第4号・第5号では、効率的な学びの秘訣について「ラーニングピラミッド」と「復習のタイミング:エビングハウスの忘却曲線」について紹介しました。みなさん、実践はできているでしょうか? 毎日できている人は多くはないと思います。そこで、みなさんに紹介した「効率的な学び」を習慣化するために、4月15日(水)の6時間めに行った SN(スケジュールノート)オリエンテーションを思い出してほしいと思います。ここでは、新宮東中独自に「みなさん一人ひとりが見通しをもって学習に取り組めるように」と考案されたSN(スケジュールノート)について使い方や書き方などが紹介されました。このSN(スケジュールノート)を活用することでこれまでに紹介した「効率的な学び」を習慣化できると思います。

特にみなさんに活用してほしい場所は資料①「予定・やること・締め切りの記入欄」資料②「家庭学習・課題の記入欄」です。その日に自分が「何をしないといけないのか」や「何を学習するのか」が一目で分かる場所になります。まず①にその日の課題や家庭での予定を記入しておくことで自宅に帰ってから自分が自由に使える時間が確認でき、家庭学習にあてる時間の逆算がしやすくなります。また、②にその日に行う学習内容を記入しておくことで事前に自分が取り組む学習の見通しがもてるだけでなく、その学習にかかる時間も見通すことができます。そうすることで一日の学習の振り返りを行う予定が立ち、「復習のタイミング:エビングハウスの忘却曲線」で紹介したように、その日ならった授業内容をその日のうちにワークや教科書で復習することで自然と家庭学習の目安時間である1日1時間(中学1年生)は達成できると思います。また、家庭での食事の時間や家族と過ごす時間で学習した内容を保護者の方に伝えることで、学習内容のアウトプットができ、より知識の定着にもつながるのではないかと思います。

ぜひみなさんもスケジュールノートを活用し、「家庭学習の習慣化」・「効率的な学びの習慣化」を図っていきましょう!

資料①

予定・やること・締め切り
を記入する。

予定・やること・締め切り	予定・やること・締め切り	予定・やること・締め切り	予定・やること・締め切り	予定・やること・締め切り
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

資料②

1 週間の学習計画を
立てる。
実際に学習する教科、
内容を書く。
宿題が出たらそれも
記入する。

家庭学習・課題		家庭学習・課題		家庭学習・課題		家庭学習・課題		家庭学習・課題	
教科	内容・ページ	教科	内容・ページ	教科	内容・ページ	教科	内容・ページ	教科	内容・ページ
達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △
達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △
達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △
達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △
達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △	達成度	◎ ○ △
時	0 10 20 30 40 50	時	0 10 20 30 40 50	時	0 10 20 30 40 50	時	0 10 20 30 40 50	時	0 10 20 30 40 50