

1 学年通信『原:げん』

新宮町立新宮東中学校

令和8年6月2日(火)

第14号 文責:上村 一統

「覚えたつもり」を打破せよ! 赤シートで「自学の原点」を磨く

定期考査に向けた学習もいよいよ佳境に入りました。SN(スケジュールノート)を活用した計画的な学習や、青ペンによる集中力の向上に取り組んでいる人も多いことでしょう。さて今回は、さらに暗記の精度を高め、学習を効率化する最強の武器、「赤シート(チェックシート)」の活用法を紹介します。

実はこの赤シート、日本の文具メーカー「ゼブラ(ZEBRA)」が、1980 年代前半に「暗記の勉強で手が汚れるのを防ぎたい」という悩みから開発した大ヒット商品です。今も昔も受験の定番であるこのツールを使いこなし、自分という「原石」をさらに磨いていきましょう。

赤シートがもたらす「最強のアウトプット」

学年通信第4号で紹介した「ラーニングピラミッド」を覚えていますか?ただ教科書を「読む」だけの定着率はわずか 10%程度です。赤シートは、この「受動的な学び」を劇的な「能動的な学び」へと変えてくれます。

①「インプット」から「アウトプット」への切り替え

文字を隠すことで、脳に「これ何だっけ?」という負荷をかけ、強制的に考えさせます。この「思い出そうとする瞬間(アウトプット)」こそが、記憶が一番強く定着するタイミングです。

②「覚えたつもり(錯覚)」の防止

「誠実の原理」に基づき、自分の理解度を正しく把握することが大切です。赤シートは文字を完全に隠すため、「本当に覚えているか」を1秒で仕分けしてくれます。

③「スキマ時間」をすべて勉強時間に変える

部活動等で忙しい皆さんにとって、時間の活用は不可欠です。赤シートなら、片手に教科書を持つだけでどこでもクイズ形式の勉強が成立します。「時間の節約」を可能にする手軽な武器です。

「原点」を作る! 赤シート活用の基本と応用

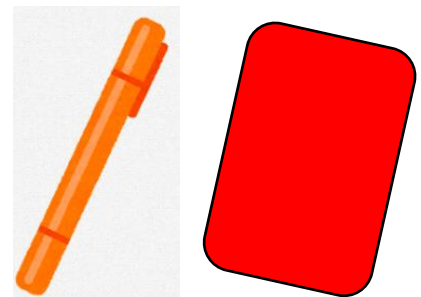
基本:色ペンを使いこなす

重要な単語や語句を色ペンで書き、赤シートで隠します。赤シートを使うので、暖色の色ペンを使うとシートで綺麗に消えるため、暗記効果が高まります。

応用:赤シートと緑シートの「双方向」学習

英単語などを「単語(赤ペン)」「意味(緑ペン)」で書き分けると、赤シートで隠せば意味の確認、緑シートで隠せばスペルの確認ができます。これにより、記憶の定着がさらに強固になります。

※シートの色が限定的ではありますが、自分の好きな色や使いやすい色で試してみるのもいいかもしれません。



保護者のみなさまへ

定期考査まで残り2日となりました。ご家庭で、お子様が赤シートを片手に「これ何だっけ?」と呟いていたら、それは自分自身にクイズを出し、最強のアウトプット学習に挑んでいる証拠です。中学1年生の家庭学習の目安は1日1時間。ぜひ、その日の学習成果を保護者の方に「教える」場を作っていただけると、さらに定着率は向上します。