

# 中1・2勉強方法を学ぶ 学年末テスト編

## 【目標】

- ・最適な学習方法で成績アップ  
& 志望校合格を目指せるようになる。
- ・手段にこだわる習慣をつけて勉強以外のことにも応用できるようにする。

# 記憶のメカニズム

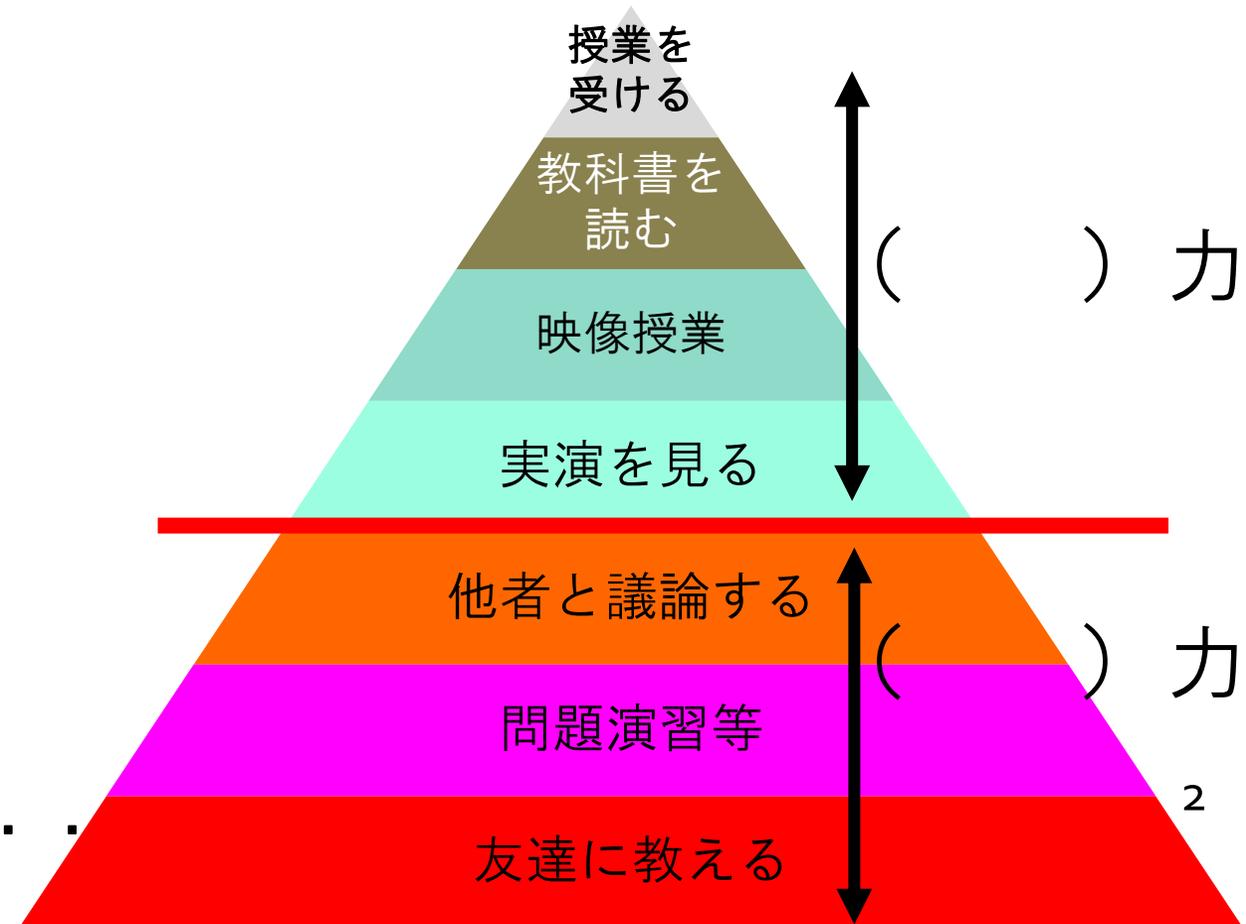
## 保存力

この力は強大で暗記したものは  
( ) に保存できる。  
つまり一度覚えた英単語は失わ  
れることはない。

## 検索力

頭の中に保存してある ( ) を探し出す  
力。  
思い出せないのは検索力が弱いことが原因。  
強くするためには ( ) 回数を増やす！

忘れる→思い出す→忘れる→  
思い出す→忘れる→思い出す・



理解・暗記

疑う      インターリーブ

拡散・集中

ナレッジエフェクト      ビジュアル化  
分散効果

解きなおし

模試の結果

定期テストの結果

ケアレスミス  
の原因

苦手を探す

学習する姿勢

見直す

試す

書いてみる

想起

真似をする

テスト効果

流暢性のワナ

勉強時間を延ばす

休憩する

環境を整える

目標を決める

スマホを使わない

計画を立てる

続ける

# 基礎勉強法：テスト効果

## 単語テストの復習方法とその効果！

単語テストの復習方法を4つのグループに分けました！

練習する単語

自分で確認テスト

A 全ての単語

全ての単語をテスト

B 全ての単語

間違えた単語のみ

C 間違えた単語のみ

全ての単語をテスト

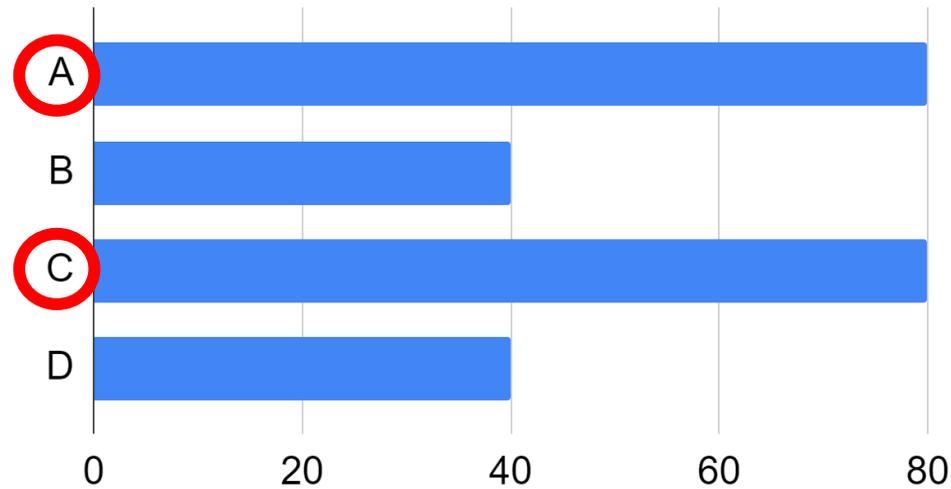
D 間違えた単語のみ

間違えた単語のみ

この4つのグループに、もう一回同じテストを受けてもらうと・・・

# 基礎勉強法：テスト効果

正答率



AとCが**最も**（ ）！

練習する単語

A 全ての単語

C 間違えた単語のみ

自分で確認テスト

（ ）の単語をテスト

（ ）の単語をテスト

点数を上げるのは、練習量ではなく（ ）量

# まとめ：テスト効果

**( )の量が点数アップを決める！**

学校のワークは ( ) がら・ ( ) もらいながら ( ) ！

数学：B問題・C問題を ( ) を置いてからテストしてみる！

英語：英単語は ( ) テスト！！ ( ) したやつもな！

理科・社会：塾で紹介する方法を必ずやること！！

# 国・理・社の勉強方法

絶対条件：学校のワークを全部覚える！

1 (1) (2) (3) (4) (5)

2 (1) (2) (3) (4) (5)

3 (1) (2) (3) (4) (5)

答え

- (1)大化の改新
- (2)17条の憲法
- (3)法隆寺
- (4)遣隋使
- (5)冠位十二階

各大問ごとに

①(1)の答えを ( ) で言う。

②(1)の ( ) を見る。

③(2)の ( ) を言う。

④(2)の ( ) を見る。

☆全て ( ) するまで  
繰り返す。

☆最後は1 ~ 3 までの  
すべての問題を書いて  
テストする。もちろん○つ  
けを行う。

・ 答えは必ず ( ) で言う！

・ ( ) 問題もちちゃんとテストする！

理解・暗記

疑う      インターリーブ

拡散・集中

ナレッジエフェクト      ビジュアル化  
分散効果

試す

書いてみる

想起

真似をする

テスト効果

流暢性のワナ

解きなおし

模試の結果

勉強時間を延ばす

休憩する

定期テストの結果

ケアレスミス  
の原因

環境を整える

目標を決める

苦手を探す

学習する姿勢

スマホを使わない

計画を立てる

見直す

続ける

# 基礎勉強法：インターリーブ

繰り返し動作の間に、（ ）動作を入れること

- ・ ショートサーブ・・・ネットすれすれを通る
- ・ ロングサーブ・・・ネットのはるか上を通る
- ・ ドライブサーブ・・・ショートとロングの間



どうやって練習すべき？

A：サーブごとに練習

B：順番に練習

C：完全ランダム練習

一番うまくなったのは？

練習中  
( )

試合  
( )

ランダム学習が  
( ) に  
強くなる！

# 基礎勉強法：インターリーブ

勉強に生かそう

## インターリーブ

インターリーブ：差し込む行為  
(例) 数学1時間勉強する場合



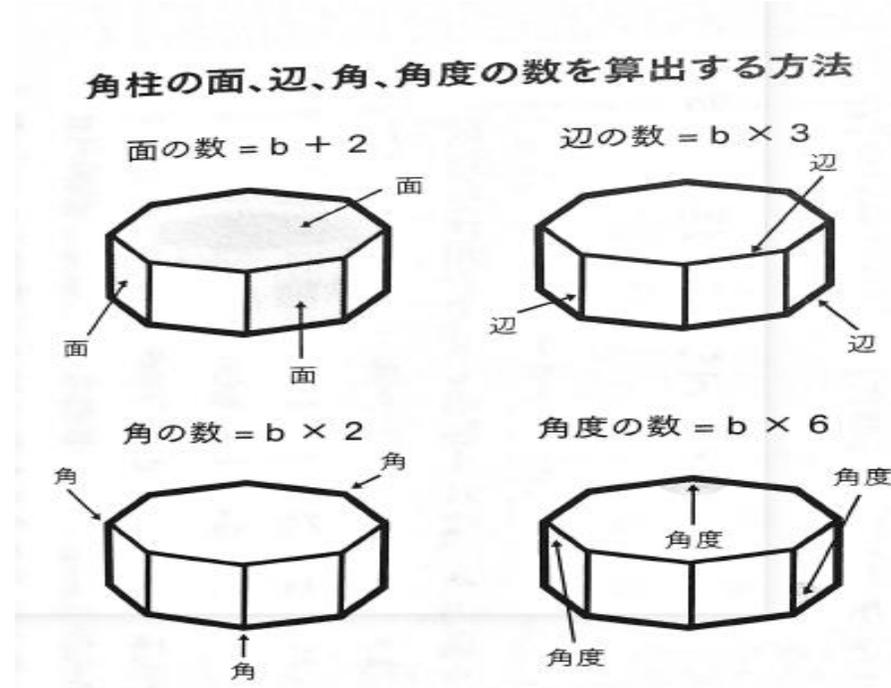
違う勉強を挟むことによって、  
( ) 回数を増やすことができる

### 《実験》

- ①ブロック学習：面×8問→辺×8問→角×8→角度×8問
- ②バラバラ8問×4 (辺・面・角・面・辺・角度・角度・角)

### 《結果》

- ①正答率 ( ) %
- ②正答率 ( ) %



数学のテストで混乱する人はこれを ( ) する！

# まとめ：インターリーブ

テストに強くなるためには（ ）学習するな！  
ワークは縦に進めるのではなく、（ ）に進める。

著作権の関係で掲載できません。

# 学校のワークのポイント

## 全定期テストの対策

- ①学校のワークで（ ）問題は（ ）に！  
→全て丸付けをして、全部（ ）にする！
- ②数学・理科は解き方を（ ）してから（ ）  
→B問題C問題は（ ）周する！ 質問しにこいや！！
- ③社会・英語・国語は学校のワークの答えを（ ）  
→2日前にワーク全てに（ ）を通す！！

# 学校のワークのポイント

## 学年末テストの対策

- ①いつもより（ ）間**早め**の試験対策がちょうどいい  
→その1週間で1年間の復習
  
- ②学校のワークの**各単元**の（ ）をワークの（ ）**周**に入れる！  
→テスト1週間前くらいから

# まとめ

- ①テスト効果・・・（ ）の量が成績アップを決める  
最も効率が良い学習法→（ ）復習  
→（ ）テスト
- ②インターリーブ・・・繰り返しの動作の間に、（ ）を入れること  
ワークは（ ）に進める
- ③学校のワークの進め方・・・学校のワークで（ ）問題は（ ）に！  
理数系は解き方を（ ）→（ ）なおし  
文系は学校のワークの答えを（ ）  
→2日前にワーク全てに（ ）を通す！
- ④学年末テストの対策・・・（ ）週間早めの試験対策  
学校のワークの各単元の（ ）を1回はやる。