

5. 高校での学習

— 効果的な勉強法について —

「中学校では、あまり勉強しなくてもよい成績がとれたのに、高校では……」と悩む1年生が毎年相当数いる。高校ではどのように勉強したらよいのだろうか。

1 高校の学習

- (1) 学習内容が飛躍的に高度化する。

高校での学習内容は中学校での学習内容を基礎にして量・質ともに飛躍的に多く、かつ高くなり多岐にわたっていて、論理性が強調されている。

- (2) 授業は予習が不可欠の条件として行なわれる。

中学校の授業は生徒の学力の分布の実情に応じて、進度も内容も教える方法も、生徒に理解されるよう十分な工夫と考慮が払われているので、教室で十分理解でき、家庭でそれほど予習や復習をしなくても優秀な成績を修めることができた。しかし、高校では学習内容が高度になり、進度も速いし、家庭で予習復習を当然十分にやってきたものとして授業が行なわれる。また、しばしば諸君を大人扱にする場面もふえてくる。したがって、予習と復習をしないで受ける授業は、興味ももてず理解が不十分になり、「高校は不親切だ。」「先生に親しみもてない。」と感じたり、最初に書いたような悩みをもつことになる。

- (3) 将来の進路に対する考慮が払われている。

諸君は、これからの長い人生をどのように過そうと考えているのであろうか。将来活動したい分野を、いま頭の中にえがいて夢をふくらませてもらいたい。

諸君は3年または4年後には高校入試とは比較にならない競争のもとで、好むと好まざるとにかかわらず将来の進路の選択・決定をせまられることになる。そして、それによって人生航路の主要な指針が決定されるのである。その時期までに到達している学力の程度や人間としての成長度が、大きければ大きいほど広い範囲の中から選ぶことができる。授業や生活指導には当然これに対する配慮が十分に含まれているので、学校の授業を大切に、毎日の学習を計画性をもって着実に勉強する必要があります。

- (4) よい学習の習慣をつくることが当面の目標である。

入学当初の学習では中学校の復習内容も多い。そのため「中学校と同じではないか」くらいに考えていると、いつの間にか立ち遅れたり行きづまって5月下旬から6月頃に最初に書いたような悩みをもつことになる。このようなことにならないためには、入学を一つの契機として第1学年時には、とりわけ入学当初からの1学期間はよい学習習慣の形成を一つの大きな目標にして、本当に高校生らしい自主的で計画性のある active な学習態度を養い体得することが大切である。

2 予習と授業の復習

active な学習、これを予習と復習、計画性の二つの面から眺めてみよう。

(1) 学科の性格

すべての学科に、記憶しなければならない事項があるし、考える働きも大いに必要なのである。棒暗記ではなく、正しく理解し正確に記憶された基本事項を基盤として思考活動をするのが学習である。

予習 → 授業 → 復習は、基本的かつ必須の学習形態である。学科の性格を頭において、予習と復習について考えてみよう。

(2) 予習の型とその効果

(ア) 下調べ型……教科書の次に習う部分を予め読む。英語で訳を調べたり、国語で意味のわからない語句を辞書で調べるなど、考える働きはあまりないが、翌日習う内容がつかめているので頭が smooth に働くなど warming up の効果がある。

(イ) 疑問点発見型……下調べの上で、内容について吟味したり、練習問題にも手をつけ、理解できる部分と疑問の残る部分、理解できない部分を区別する。疑問を確かめたい意欲がわき、授業で聞き逃してはならないポイントがつかめ、active な学習ができ、印象的である。理解できた部分は授業そのものが復習になる。

(ウ) 研究型……(イ)の疑問点などを参考書で調べる。教科書以外の課外読物・問題集にまでも手をつけ、幅広い学習をする。はじめての問題でも独力で解く力がつき、試験直前でも悠々としていられる。

(3) 復習の型とその効果

(ア) 授業反復型……その日の授業通りに反復するタイプ。予習のない場合この型になりやすく、復習ではじめて疑問点や理解できない部分がでてくる。初歩的非能率的である。しないよりはよい。

(イ) 要点確認型……授業の中の重要部分、予習のとき残った疑問点やわからなかった部分を重点的に再確認する。帰りのバスや電車の中とか短時間でも効果が上がる。授業後なるべく早くやる方が効果的である。

(ウ) 系統整理型……学問的な系統や関連事項を調べて後日の試験前の学習に備える。一つの単元が終わったとき、出発点に戻って反復し、基本事項の記憶や弱点部分の強化をし、筋道の整理する。毎日の授業のみでは見逃がしている部分が発見されて内容が豊富になる。忘却を防ぎ、記憶を再生し、実力が蓄積される。日曜を利用するとよい。

(エ) 応用練習型……問題集や参考書を利用して問題練習をする。基本事項が再確認され、試験などのときの実戦力がつく。

(4) 予習と復習のバランス

○ 予習 → 授業 → 復習が学習活動の基本形態である。

スポーツで準備運動と整理運動が必要なように、学校の授業は予習 → 授業 → 復習が cyclic に反復されてこそ効果的な学習法といえる。「予習か復習か」でなく「予習と復習」であって、そのいずれかが欠けても片輪の車である。中学校ではどちらかといえば復習中心の学習ではなかったか。それならば、逆に予習を重点にすることを心掛けて学習法の体質改善を大いに考える必要がある。

。学科の性格から見たバランスも考えよう。

1日のうちで自宅学習の時間は（時間数だけでなく集中度も大切であるが）4時間（クラブ活動をした日でも3時間）をとるのが普通である。ほとんど毎日授業のある国語・数学・英語は毎日の学習の計画の中心にこれらの学科をおき、学校の時間割にそって理科・社会などを配分しておく。国語・数学・英語は基礎科目といわれている。従って基礎になる部分がおろそかにされたり、2年生でやろう、3年生でやろうなどと考えたら大変な考え違いである。もし、理科・社会に十分手がまわらないなら、10分でも15分でも一通り目を通す下調べ型予習を心がけ、土・日曜を利用して一週間分の復習をすれば能率は大いに違ってくる。学科の性格と時間の制約を考慮して創意工夫することが大切である。ここで一応の目安として、学科ごとの予習と復習の型・時間配当の比率のバランスを表にしておく。授業のとき各教科の先生方がそれぞれ学習の方法について話されるから、それを忠実に守ってもらいたい。

		予習時間：復習時間	予習の型	復習の型
数	学	7：3	(イ), (ウ)	(ウ), (ニ)
英	語	7：3 ~ 6：4	(イ), (ウ)	(イ), (ニ)
国	語	6：4	(ア), (イ)	(ウ), (ニ)
理	科・社会	3：7	(ア), (イ)	(ウ), (ニ)

3 学 習 計 画

(1) 学力の伸びは計画的な学習から生まれる。

諸君の中には、中学校時代に家庭ではあまりに勉強しない者も、学校では一応まじめに勉強したであろう。それは教室があって時間割が決まっているために、学校の中のきまった場所で、きまった時間に、きまった学科を勉強することが長い間に習慣として身につけてしまったからである。学校——勉強が条件反射的に習慣化しているからである。よい計画をもち、それを着実に実行することは、少くとも、勉強へのとりかかりがよくなり、勉強中にはそれに心身を集中して他のことをしなくなるのが習慣となる利点がある。そしてその計画が殆んど完全に実行されれば、やったぞという成功感がわき、学力が充実してくる。家庭学習においても学習計画をたて、それによって能率的に時間を利用することが学力の伸びを左右する大きな条件となるのである。

(2) 無理のない計画をたてよう。

合格した喜びで、入学したら頑張るぞと意気天をつくものがあるだろうが、最初から功をあせって無理な計画をたてると、計画倒れになって無意味である。それだけに止まらず、心理的な面へのマイナスが実に大きい。実行不可能に陥ったことからのあせり、不安、劣等感などが起きやすい状態になる。学習は日々の生活の中の一コマで

ある。日々の生活の状態、自分の性格、健康状態、今後起こりうるいろんな条件や事情を考慮して、欲張らない「実行可能な計画」をたてるようにしたいものである。

(3) たてた計画は着実に実行しよう。

理想的な計画をたてても「どうも計画通りに進まない」と悩む人がある。時間を有効にするための「計画」が、時間にしばられた気持ちにするのであろうか。根気がないのか、努力が足りないのか、非常に移り気なのか、やり通す意志が弱いのか、勉強が嫌いなのか、とにかく着実に実行に移す前に心の調整をすることが大切である。最初、多少の差はあれ、抵抗を感じたりして快適なすべり出しでないかも知れないが、実行しようという固い決意とやり通す意志の力が必要である。そして一度レールに乗れば、後は習慣の力で自動的に動いていくようになる。

(4) 学習計画のたて方

下の図のように1日24時間を60分ずつに分割して、1日のおもな予定活動を記入する。学校は1週間を周期として授業が行なわれるから7本の帯グラフが必要である。

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	反省		
月																												
火																												
水																												
木																												
金																												
土																												
日																												

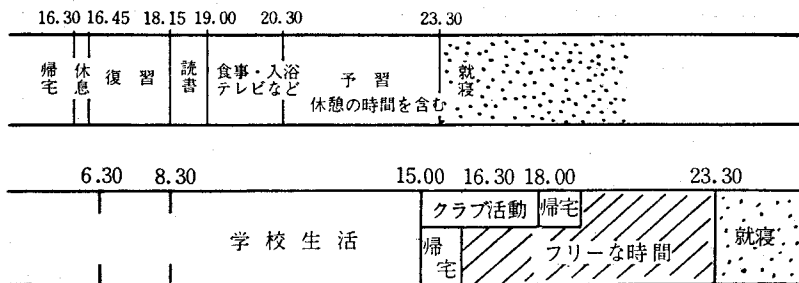
A 記入する主な事項は次のようなものがある。下記の順序によるのがよい。

- (ア) 睡眠、食事、身じたくなどの時間
- (イ) 学校内の活動時間と往復時間、家事手伝、アルバイトの時間
- (ウ) リラックスな自由時間（家族とのだんらん、レクリエーション、テレビなど）
- (エ) 勉強の時間
- (オ) 勉強時間を学校の時間割にそって各学科に配分する。

B 生活時間の検討

- (ア) 1日の勉強の時間は適当か。 一応4時間が目安
- (イ) 学習科目への勉強時間の配分と順序は適当か。途中の休憩も入っているか。
- (ウ) 毎日の勉強が土曜・日曜を含めて規則的であるか。
- (エ) 睡眠の時間や就寝・起床の時刻は適当か。
- (オ) もっと効果的な勉強や教養のためにとれる時間はないか。
- (カ) 無理・無駄・むらはないか。
- (キ) 突発的な急用に対処できる融通性があるか。

C 1日の生活の例



D 今週の反省を生かして次週の計画をたてよう。

「実行可能」に考えて作った計画も、はじめの間はうまくいかない日もある。その原因が心の問題か、計画に無理があったのか、十分に反省をして、次週の計画をたてる。計画倒れや三日坊主に終わることなく一カ月も続けられれば、その後は軌道に乗って、学習の効果が漸次現われてくる。いろんな条件を克服してよい学習の習慣を身につけたいものである。

4 クラブ活動と学習

授業と同じように高校生活にとって、大きな意味をもつものにクラブ活動がある。諸君の年代は個性の確立、人生観、趣味などの方向が大体きまってくる頃でもあるから、クラブ活動を通して、そうした芽を養い、人間形成の基礎をつちかうことが大切である。クラブ活動と勉強の両立は、正しい方法でやるならば可能であり、またそうさせねばならないことである。

以下クラブ活動と学習のバランスをとるために注意すべきことをあげてみよう。

- (1) クラブへ入る数は原則として、一つにして、しかも長つづきのするところを、自分の体力、適性を考えてえらぶこと、そしてクラブの気風をよくみきわめて自分にとって勉強と両立できそうなクラブをえらぶこと。
- (2) クラブ活動の限度は、家へ帰って予習・復習をし、一夜あけるとすっかり疲れがぬけて気持ちのよい眼覚めができる程度が最も理想的です。このあたりのけじめをはっきりしないと学習と両立できなくなる。
- (3) 授業中はクラブに入っていない人の2倍以上の能率をあげる位の熱心さが大切で、サボったり、いねわりする人は絶対に両立できない。さらに、クラブ活動開始、終了の時刻をきちんとし、きめられた時間までを力一杯やって、家へ帰ったら気分の転換をして、学習に打ちこめるよう計画的な生活をするように心がけよう。

以上を要約すれば、積極性・計画性・創造性を学習の三原則とし、ひたむきに向上の意欲を燃やし頑張ることにあるといえる。「鉄は熱いうちにうて」の諺があるように始めが大切である。

いまの明るい希望と大きな志が立派に開花するようにスタートを大切にしよう。

6. 生徒心得

この心得は、健全な校風を樹立し、学校生活をより有意義なものにしようとする我々の熱意と、我々の社会人としての完成を願う教師の協力により、全校一致で決定されたものである。

I 校内の心得

1. 始業時刻5分前までには登校するようにしよう。
2. 下記の下校時刻を守るようにしよう。
4月1日～10月31日 午後6時まで
11月1日～3月31日 午後5時30分まで
ただし、特別な理由で残留するものは、所定の願を提出すること。
3. 登校後は外出しないようにし、やむを得ず外出する場合は、所定の願を提出すること。
4. 身分証明書は常に携帯し、紛失した場合は直ちにホームルーム主任に連絡し、再交付を受けること。
5. 物品の徴収・売買、募金などを行なう場合は、所定の願を提出すること。
6. 下記のことを行なう場合には、生徒部および生徒会総務に、所定の届を出して指導を受けよう。
 - a. 行事・集会など
 - b. 印刷物の発行・掲示・配布など
7. 自転車通学については、下記のことを守ろう。
 - a. 通学距離が、原則として2km以上あること。
 - b. 所定の願を提出し、自転車にプレートをつけること。
 - c. 正門では必ず一旦停車をし、指定された場所では必ず徐行すること。
8. 自動車・自動二輪車・原付自転車などに乗って通学しないこと。
9. 休校日に、特別な理由で学校施設を使用する場合は、所定の願を提出すること。
10. 校内では、原則として火気を使用しないこと。
11. 内庭では、ボール投げをしないようにしよう。

II 校外の心得

高校生としての自覚のもとに、恥ずべき行為のないよう、品位をもって行動しよう。

1. 諸施設への出入には、下記のことを守ろう。
 - a. 喫茶店・飲食店は健全な店を選ぶこと。
 - b. 享楽的遊戯場には入場しないこと。
2. アルバイトは、保護者およびホームルーム主任と相談し、高校生として適当なものを選ぼう。

3. 旅行・キャンプなどを行なう場合は、所定の願を提出すること。
4. 諸団体に加盟したり、諸行事に参加する場合は、所定の届に、保護者の承諾書を添付して提出し、指導を受けよう。

Ⅲ 服 装

服装は、その人の人格がうかがわれるものであるから、常にその型の選び方、正しい着方は注意して、高校生としての品位を失わないようにしよう。

1. 男子の服装

イ. 制 服

a. 黒色の学生服

b. 夏期（5月20日～10月10日）は、上衣を脱ぎ、白色の開衿またはカッターシャツを着用してもよい。その場合、第1ボタンははずしてもよい。

長袖シャツの袖を折る時は、第二関節まできちんと折ること。

色物・型の流行を追ったものは着用しないこと。

ロ. 帽 子

黒色ラシャ地の丸帽（本校指定）とし、学校で指定する団体行動に参加する場合は必ず着用すること。

ハ. 襟 章

夏・冬ともに、左襟につけること。

2. 女子の服装

イ. 制 服

a. 黒色の背広襟スーツと白色のブラウスを着用すること。スカートは、前後に3つの箱ひだのあるもの（本校指定）

b. 夏期（5月20日～10月10日）は、上衣を脱いでよい。

ロ. 胸 章

夏・冬ともに、左胸につけること。

3. 履 物

白または黒のズック靴 または華美でない黒色の皮靴とする。雨天の場合は、雨靴を着用してもよい。

4. その他

（学生カバン） 袋みだけして、ア=ない
 服装・頭髪・持物などは、みだりに流行を追ったり、装飾したりするをつつしもう。

a. オーバーコート、ジャンパー、ダスターコート、スラックス、マフラーなどは着用しないこと。

b. スポンはマンボ、ラッパ、セラー型など、型の流行を追ったものは着用しないこと。

c. ヘアバンド、リボンは黒・紺・茶に限り使用してもよい。装飾のついたヘアピンは用いないこと。

体育実技の服装，用具の購入

購入 期日	品 目	定価	備 考	
4 月 中	男	トレーニング シャツ	760 円	学校でまとめて購入
		短 パ ン ツ	400	売店で販売
	子	帽 子	160	同 上
		竹 刀	680	中学校で使用したものでよい 業者が校内で販売
	女	トレーニング シャツ	760	学校でまとめて購入
		ブ ル ー マ	550	売店で販売
子		は ち ま き	25	同 上

(価格は47年度のものでから、48年度は多少値上りすることもあります。)

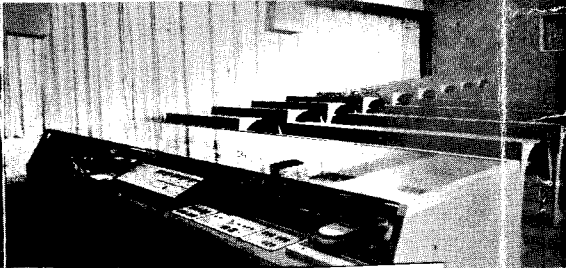
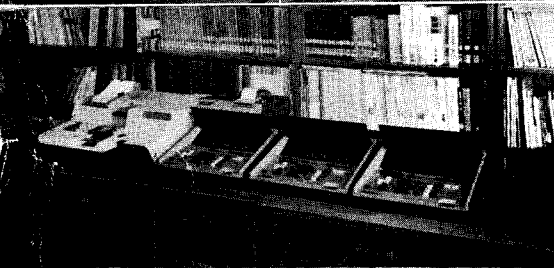
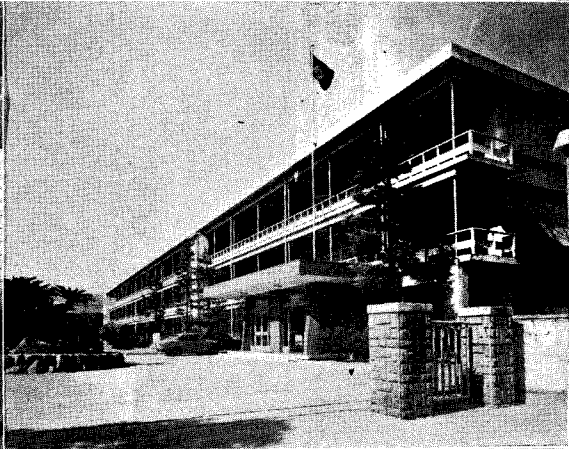
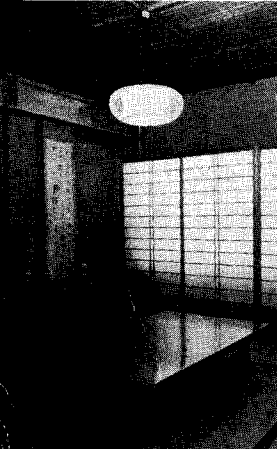
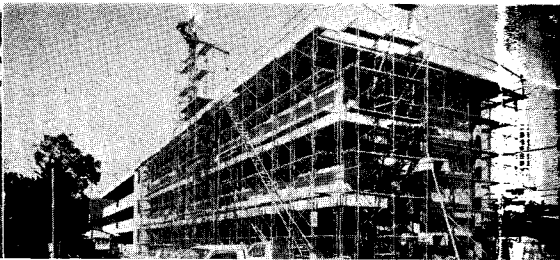
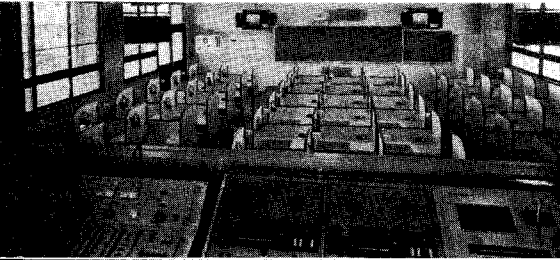
体育実技の服装

4 ~ 10 月	男 子	・トレーニングシャツ(白ジャージ・ネーム入り・半袖)・短パンツ(白)・ 帽子(校章入り)・白ズック靴
	女 子	・トレーニングシャツ(白ジャージ・ネーム入り・半袖)・ブルーマ(黒ま たは紺)・はちまき(赤白両用)・白ズック靴
11 ~ 3 月	男 子	・トレーニングシャツ(紺ジャージ・ネーム入り・長袖)・トレーニングパ ンツ(紺ジャージ・ネーム入り)・帽子・靴は上と同じ
	女 子	・トレーニングシャツ(紺ジャージ・ネーム入り・長袖)・トレーニングパ ンツ(紺ジャージ・ネーム入り)・はちまき・靴は上と同じ

(・印は学校でまとめて購入する。)

13. 生 徒 会

皆さんは本校に入学と同時に、観音高等学校生徒会員となります。最初のホームルームの時間に、ホームルーム役員(室長，副室長，幹事，会計，保健委員，図書委員，視聴覚委員，ホームルーム世話係)とともに、生徒会役員としての代議員，風紀・文化・体育・



広島県立広島観音高等学校
広島市南観音町4番10号
電話(0822)32-1371代