

ノートの使い方

なぜノートを使うのでしょうか。その答えは 1 つ。「自分の頭の中を目の前に見えるようにすること」。

では、自分の頭の中の何を見るのでしょうか。それはテストのときに使う「記憶してあるもの」。

でも、「記憶してあるもの」が全部テストのときに使える（出てくる）とはかぎりません。

よく、「忘れる」という言葉を使うことがあります。「忘れ物をした」とか、「宿題を忘れた」とか、…。でも、それは行動の結果です。

「忘れる」ということは、「記憶してあるもの」が「消える」ということではないのです。

実は、いったん記憶したものが「消える」ことはありません。「記憶のやりかた」によって、「記憶してあるもの」が使えるか、使えないか、つまり、出てくるか、出てこないかの程度が違うだけです。

そして、この「記憶のやりかた」にはさまざまな方法があるのですが、その 1 つが「自分の頭の中を目の前に見えるようにすること」。

そして、そのための道具の 1 つがノートです。

それでは、ノートの使い方です。

ノートの使い方には 2 つあります。1 つめは「記憶するためのノート」、2 つめは「記憶を呼び出すためのノート」。

その違いをまとめてみます。

「記憶するためのノート」

このノートは「書いておしまい」とするノートです。

例えば、

暗記練習のためのノート、

問題集を繰り返しくためのノート、

があります。

使い終われば捨てるのが前提です。

あとから見返すことはほとんどありません。

だから、

詰めて書く、いっぱい書く、

ある程度の文字の汚さは目をつぶる。

そして、安いノートを使う。

仕上げたノートの冊数が学力に比例するので、捨てずに残しておけば、積み上げて眺めて楽しむことができます。

用意するノートは、同じ科目でも使う目的にあわせて何冊か用意するといいでしょう。

単語だけで埋め尽くされているノート。

問題集を繰り返し解いてあるノート。

などがあります。

ただし、これを「いらぬ紙」（ミスプリントの裏など）に書きなぐることはあまりおすすめしません。「いらぬ紙」に書いた記憶は「いらぬ記憶」にしかありません。

「記憶を呼び出すためのノート」

このノートは「あとから何度も見直す」ためのノートです。

例えば、

授業の板書をうつすノート、

間違いをためていくノート、

があります。

使い続けることが前提です。

それ以上に、進化させることが必要です。

だから、

余裕をもって書く、あとから足せるようにする、

あとから見直してわかる文字で書く。

そして、自分のお気に入りのノートを使う。

中身はきれいで、でも、何度も開いているから閉じているところはボロボロで…、それが理想です。

用意するノートは、同じ科目でも使う場所と目的で何冊か用意するといいでしょう。

塾用のノート。学校用のノート。

問題集ごとの間違いノート。

などがあります。

塾用には各科目 2 冊が理想です。1 冊は板書を書くためのノート、もう 1 冊は間違いをためていくためのノートです。このノートがきちんとできている人ほど学力が高いと言えます。

さあ、最後に問題です。社会科のまとめノート（「庭代台中学校で出される、定期テスト前の 20 ページ」というアレです）はどこらでしょうか？「記憶するためのノート」でしょうか？「記憶を呼び出すためのノート」でしょうか？