

# ～時間割の見直しによる三高の学習改革～

仙台第三高等学校 E01班

## 背景

学習の効率を次のように考えた。

⇒知識の吸収量/勉強時間



効率の上げるにはなるべく短い時間  
の間にどれほど多く知識を吸収する  
ことが重要

## ・探究目標

効率の良い勉強時間を調べ、  
そこから三高のベストな時間  
割を提案する

## 調査・実験の方法

1. 10～60分ずつで覚えた単語数と暗記効率を調べる。



2. 効率の良い時間から実際の時間割を想定したものを考える。



3. 現在の授業時間のものと効率の良い時間が今の授業時間に換算して比較。

## 調査の結果

1. 10～60分ずつの暗記速度の実験

	10	20	30	40	50	60
覚えた単語の個数	21	58.8	97.2	123	145	165
暗記効率(個/分)	2.1	2.94	3.24	3.07	2.89	2.75

2.1番覚えた単語の個数が多かった時間を、と現在の授業時間で比べる

	30分	50分
覚えた単語の個数	1134	1015
暗記効率(個/分)	3.24	2.89

※現在の三高の時間は50分×7コマ(350分)  
今回実験で調べた1番効率の良い時間30分を今の授業時間(350分)に換算している。

この表から単語数であれば約100個ほど差がある。  
1コマを30分にすることで現在の1コマ50分よりも上げることができていることがわかる。

## まとめ・考察

1の調査から、やはり50分間の学習は効率が落ちることがわかる。また最も学習の効率がいい時間は30分であることがわかった。加えて、2の調査から現在の三高の授業の時間割とこの実験から想定される時間割を比較してみると、学習の効率を大きく上昇することができると考察する。

## 参考文献

＜勉強時間と学習の定着・集中力に関する実証実験＞  
file:///home/chronos/u-2157d81efbbdbbc286532870e3478f2b470524ab/MyFiles/Downloads/d120-562-pdf-0.pdf