

エビングハウスの忘却曲線

レポート作成者

3年B組 鈴木 朝陽

3年C組 礒崎 美咲

1.背景

受験勉強、テスト勉強においての効率のいい勉強法として、エビングハウスの忘却曲線の方法を取り入れたいと思った。

2.目的

選択生物の授業で文化祭の取り組みの一環

3.実験器具

『生きる漢字・語彙力』（著作 霜 栄）、紙、シャープペンシル、消しゴム、ボールペン

4.実験方法

漢字の書き取りテスト（200語）

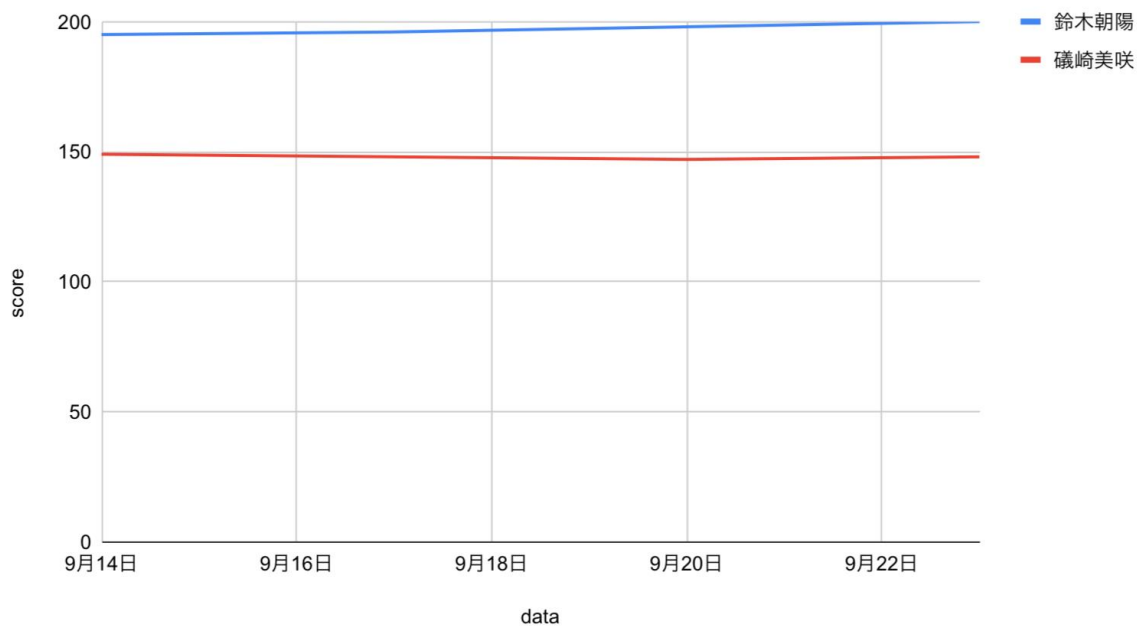
①鈴木： 3日に1回テスト、毎日復習。

②礒崎:3日に1回のテストのみ

※実験開始時は2人とも同じ条件で、テスト範囲を全て覚えた状態で始める。丸付けは、鈴木は自分で、礒崎は第三者にしてもらう。

5.実験結果

エビングハウス忘却曲線



漢字の暗記の状態を100%+（その日に覚えた語句）から始め、3日に1回テストを行い、以下のような実験結果になった。

	鈴木朝陽	礒崎美咲
9月14日	195	149
9月17日	196	148
9月20日	198	147
9月23日	200	148

- ・毎日復習を行った鈴木は点数が上がり、最終的には満点が取れた。
- ・一方、復習を行わずテストを行っていた礒崎は微小だが点数がマイナスの傾向を示した。
- ・鈴木は毎日復習+ α で新しい範囲の勉強他の所の復習も行っていたため、初日100%の状態でも新しいものを頭に入れると少し他のものが抜けてしまい、最終的には満点が取れたが、少し時間がかかってしまった。
- ・礒崎は少しずつ点数が下がっていったのだが、最終日の辺りにテレビニュースを見ていたところ、テスト範囲の漢字が不意に出てきた時、瞬時に記憶（復習）を行うことができ、点数が1点上がった。

6.考察

【磯崎】

多少の誤差はあるが、復習をし続けないと人の記憶は維持できないことがわかった。基本的には復習をせずにテストを行っていたが、テレビのニュースで不意に漢字が出てきた時、瞬時に記憶してしまった。日常生活の中から学習することもあるということを学んだ。

【鈴木】

復習と同時に新しい範囲にも手をつけていたため、最初の頃は多少抜ける部分もあったが、最終的には満点を取ることができた。しかし、新しい部分も取り入れていくと何かしら抜けるか、漢字が混ざって書いてしまう事があり、完璧な状態になるまでに個人差はあると思うが少し時間がかかる事がわかった。

2人の考察から・・・

以上の事を踏まえて人の記憶力は継続することによって保たれるという事が考えられる。また、エビングハウスの忘却曲線に乗っ取って復習するとテストにも生かせると考えられる。

7.感想

受験勉強において最も効率の良い勉強方法を見つけるために今回取り組んでみました。記憶力は日常生活の中で人の名前を覚えたり、テスト勉強をしたりと様々な場面で利用します。今回の実験を通して人の記憶力は復習し続けることにより覚継続されることが結果として出て、復習することは大事だと改めて感じました。復習し続けることは時間もかかり大変ですが、その分自分の知識として身につけ、思い出すことが容易になるので、今後何かを覚える際には今回の取り組みを生かしていきたいと思います。

8.参考文献

<https://ryugaku-kuchikomi.com/blog/ebbinghaus-the-forgetting-curve/>