

8



赤ペンで答えを書く

NG理由

赤ペンで答えを書いても得るものはない

○正しい学習法

「答えを見ないでもう一度解く！」

コツ

もう一度解くためのノートがもう一冊あるとベター

Point

勉強中はスマホもテレビもオフ！

どうしても近くに置いておきたい方は「機内モード」にしましょう！

また、テレビを見ながらの学習も、脳科学的に、百害あって一利なし。理由は一度に複数のことを処理する状態になり、作業効率が落ち、脳にもダメージがたまるからです。こちらもすぐにやめたほうがいいですね。