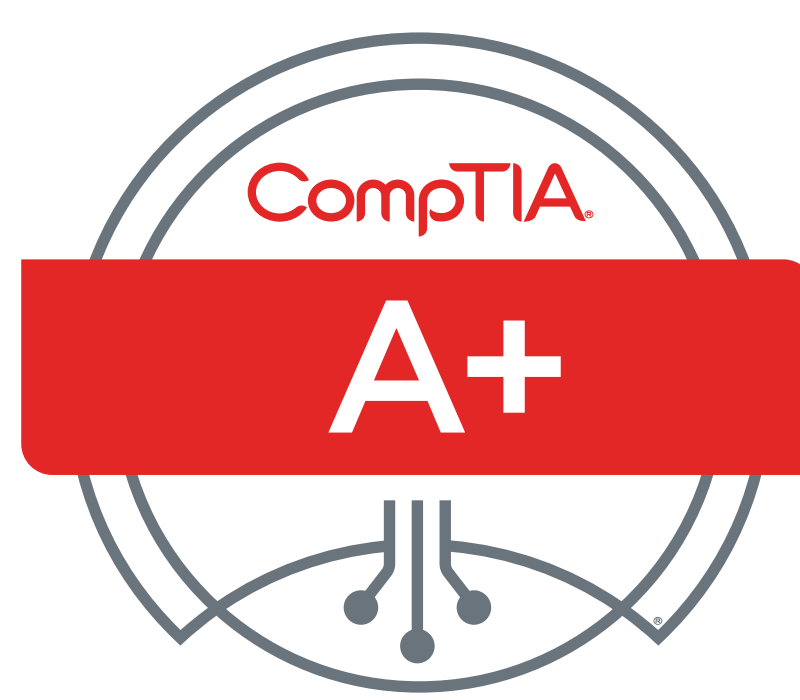


7 効果的な学習習慣が身に付くヒント



#1 詰め込まない

詰め込まない！いくら協調しても足りないくらいです。詰め込み学習は、あらゆる点において非生産的なのです。内容を理解せず答えだけを暗記するといった作業は、疲労感を残し、さらにはストレスとなり、頭はぼんやりする一方です。



#2 計画を立てましょう

例えば毎日15分など、学習時間を決めてみましょう。最初は、その計画がプレッシャーに感じるかもしれませんが、すぐに慣れるでしょう。明日から本気を出す、という言い訳はもうありません。



#3 休憩しましょう

学習には大変な努力がいります。ある時点で、脳にも一休みが必要です。学習の折り返しポイントを決め、5分から10分の休憩を入れましょう。ストレッチや軽い散歩などがおすすめです。



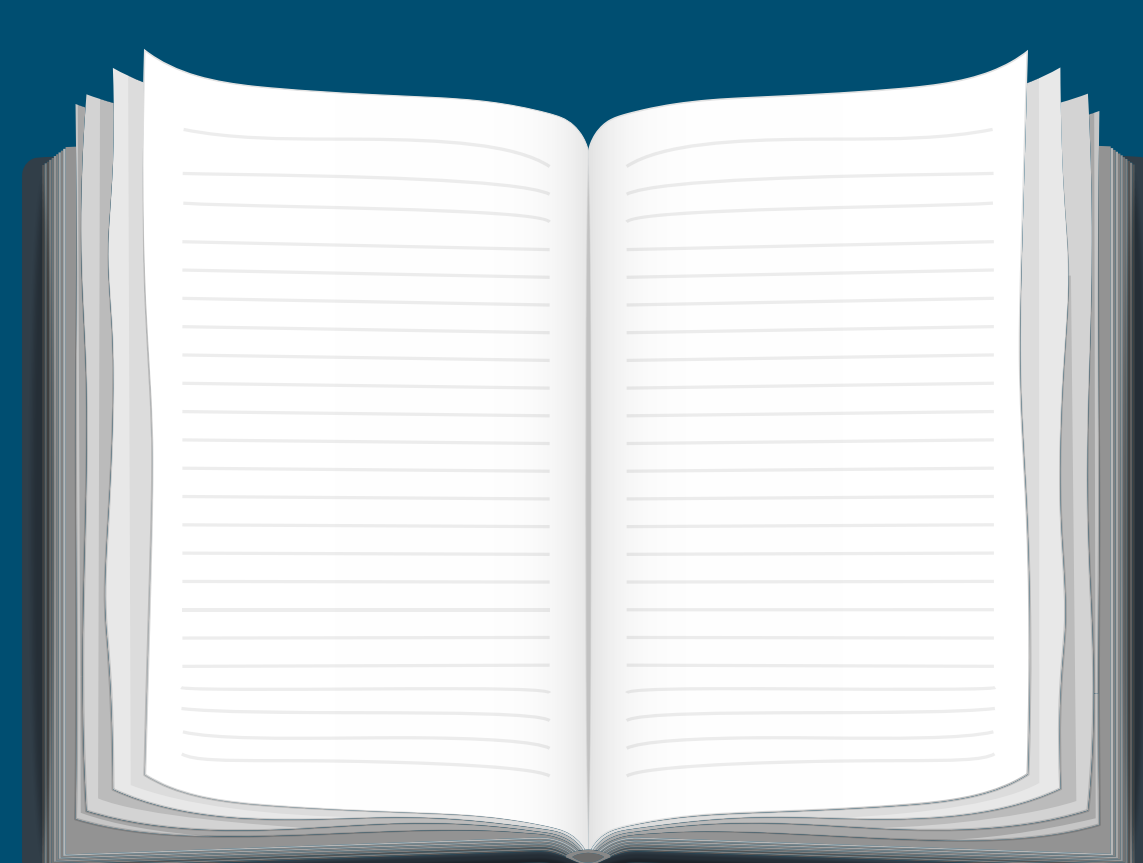
#4 ミックスする

毎回同じ順序で学習するのは簡単ですが、教材の前半は知り尽くし、後半になるにつれ分からないといったことになりかねません。一日置きに学習の順序を変え、さらには学習法も変えてみましょう。今日では様々な学び方が存在します。あなたに合ったものを見つけてみましょう。



#5 トピックを絞る

毎晩すべての教材に目を通すことは不可能です。苦手とするトピックにより多くの時間をかけ、得意とするトピックには時間を減らしてみましょう。こうすることで自信が付き、ストレスを回避することができます。



#6 類似問題を解いてみる

試験における不安な要素の一つが、実際の形式が分からないことです。大丈夫です。CompTIA A+認定資格試験の類似問題を使って学習してみましょう。



#7 受験対策教材を使ってみる

自己流の学習も素晴らしいですが、受験対策教材やツールの利用も選択肢の一つです。CompTIAトレーニングパートナーでは、あなたの学びをさらに伸ばす様々な教材を提供しています。



これらのヒントをおさえることで認定資格試験に向けたチャレンジを成功に導くことができます。

認定資格の詳細は、CompTIA日本支局ウェブサイトをご覧ください。

www.comptia.jp/