



～中学生の保護者の皆様へ～

勉強を始める方法

現代のように世の中の変化が激しい時代は、一度身に着けた知識が一生通用する事はなくなり、ずっと勉強する必要があります。その「ずっと勉強をする為の基礎」が、「義務教育での勉強」ですね。

でも、ついつい勉強は先のばしにしたいくなりませんか？「やる気が出ない」「明日からにしよう」などと、先送りにします。だけど、明日になれば本当に勉強できるのでしょうか。今日勉強しない人は明日も明後日もしない可能性が高いです。やる気が出るまで待っていたら、その日はずっと来ないかもしれません。「とりあえず、始める事」それが、一番簡単な「やる気を出す方法」なのです。勉強の習慣がない人でも「決めた時間になったら、数学の問題を1問だけ解く」とか「単語の練習を5個だけやる」など楽にできる内容にして、今日から勉強にとりかかりましょう。「とりかかって、やる気が出たら、30分ぐらい続けてみる。やる気が出なかったら、科目を替えて5分やる、それでも出なかったら、やめていい」というルールはどうでしょうか。

勉強を続ける方法

勉強を始めたなら、今度は毎日続ける事ですね。そこで、ぜひ記録をつけましょう。たとえ1分でも勉強したら記録です。そして、1週間の合計、1カ月の合計、1年の合計を出します。テストの点に一喜一憂せず、勉強を積み重ねている事実を目を向けます。続ければ、それは増え続け、自信となります。

そして、保護者の皆さまは、、、

子どもさんを見守りながら、「勉強の時にしてほしい事はない？」と聞いてみて下さい。「静かにしてほしい」「30分たったら、お茶を持ってきて」「終わったら夜食を食べたい」など出てくるかもしれません。できる範囲で協力してあげて下さい。ちなみにうちの長男は「勉強はちゃんとするから、早く寝てても起こさないで」長女は「自分が寝るまで起きてほしい」次女は「別にない」でした(;^_^A

目標の立て方

勉強の目標はどうなっていますか？「〇〇高校へ行く」とか「テストで70点を取る」などの目標はあいまいで、勉強をどう進めるのかわかりにくいですね。

例えば「〇〇高校へ行くために英語の成績を上げたい」その為に「英語の問題集を3冊やる」ならば「1冊の英語の問題集を1カ月で終わらせる」という、より具体的な目標を立てます。その問題集が60ページだったら1カ月で終わるためには、1日2ページ。でも、「苦手の英語を1日2ページは無理」と思ったら1日1ページに変更し、「1冊の英語の問題集を2カ月で終わらせる」という目標に変えます。そして、「1ページはできる」と思っても、「宿題が多いと無理」「部活で遅くなると無理」となったら、1日半ページと、もっとハードルを低くします。でも、設定した分は必ずやりましょう。どんなに少しずつでも、やり続ければ目標は達成できます。勉強以外の「自分の好きな事」でもいいですよ。例えば

- ・行きたい国の世界遺産を調べてまとめる
- ・戦国武将の事を調べてノートにまとめる
- ・好きなスポーツ選手全員の事をまとめる

など、勉強と一見関係ない事でも、「やる事を細分化して目標を設定し、クリアする」経験をすると、脳が喜びます。

保護者の皆さまも、子どもさんが興味を持っている事について学んでみましょう。楽しい会話が生まれると思いますよ。

家庭教育支援員 清田智子
菊池市教育委員会 生涯学習課
25-7232

