

保護者の方へ

中学生勉強法

The 伝説（レジェンド）

入門編（その1）

超簡単でお手軽な勉強法

神代しん

本編のレポートを先にお読み下さい。

以下の内容は、本編のレポートを読まれてから読むようにして下さい。

本編の内容はいかがだったでしょうか？

毎日5分だけの勉強法。しかも、机に向かうことさえない勉強法でした。

もしかしたら、こんな方法だけで、本当に効果があるのかと、
まだ不安な方もいらっしゃるかもしれません。

しかし、本編で申し上げた通り、効果は実証済みです。

ですから、確実にお子様に実行をさせるようにして下さい。

実は、この方法は、あまりに簡単な方法であるだけに、
お子様に伝えた当初は、お子様も軽視して実行しないこともあります。

つまり、いつでも簡単に出来ることだからこそ、
いつでも出来るからと、先延ばしにして、すぐに実行しないこともあるのです。

そこで、お子様に実行を促すためには、重要なことが2つあります。

まずは、お子様の「聞く姿勢」を作ることです。

今回のレポート(今回の勉強法)を、お子様ご自身がダウンロードした場合は、
お子様が知りたいと思ってされたことですから問題ないのですが、
お子様ではなく、保護者の方がダウンロードされた場合は、
今回の方法をお子様にお伝えするにしても、読ませるにしても、
**まずは、お子様ご自身が自分から「方法を知りたい」と思ってから、
それから伝える必要があるのです。**

勉強に対する「やる気」もさほどなく、知りたいという気持ちもないまま、「いい方法だから」と強制的に教えても、お子様の心に響きません。

ですから、お子様の勉強に対する「やる気」を引き出して、その上で、それならば、今回の方法を知りたいという気持ちにさせて、それから今回の方法を教えてあげたり、読ませてあげたりするのがベストです。

しかし、そうは言っても、やる気にさせるのは難しいでしょう。
(既にやる気のある子なら、やる気にさせる必要はありませんが)

何故なら、今から簡単にやる気にさせられるくらいなら、今までに何の問題もなく、やる気にさせて勉強を頑張らせていたでしょう。

そこで、やる気にさせるまでは至らなくても、

最低限、お子様の口から「知りたい」という言葉を引き出して下さい。

たとえば、「**すごく簡単で効果的な勉強法があるけど、知りたい?**」とか、「**ある学校で伝説になったほど効果的で、しかも簡単な勉強法があるけど、知りたい?**」とか、とにかく、「**成績アップに非常に効果があって**」しかも、「**実行が非常に簡単であること**」をアピールして知りたいかどうかを、まずお子様に聞いてみて下さい。

それでお子様「**知りたい**」あるいは「**聞きたい**」と答えてくれれば、既に、今回の方法は押し付けではなくお子様の希望で知ることになりますから、「**知りたい**」あるいは「**聞きたい**」という言葉を得てから、今回の勉強法を伝えるようにして下さい。

親に押し付けられるのと、自分から知りたいと思って知るとでは、実行する際に雲泥の差が出ますから、この点を充分にご注意下さい。

また、これは必ずしも必要なことではありませんが、

お子様が今回の勉強法を実行するにあたって、

5分間を計測出来るように、キッチンタイマーを買っても良いでしょう。

キッチンタイマーはダイソーなどの100円均一ショップで買えますし、

5分でアラームが鳴るようにセットすれば、

その間は思い出すことに集中できますし、実行している確認にもなります。

ですから、机に向かわない勉強法でも、その間は特別な時間として、

お子様に意識してもらうことも出来ますから、

出来れば、キッチンタイマーや携帯(スマホ)などのアラームで、

正確に5分を計測してアラームが鳴るようにして、

その5分間を勉強時間として集中させたほうが良いでしょう。

その上で、1週間くらいは毎日、

お子様に実行したかどうかを確認してあげてください。

(これが、2つ目の重要ポイントです)

そして、確認した際に実行していなかったら、

あるいは、実行していそうになかったら、

(お子様によっては、実行していなくても「やった」と答える子もいます)

確認した時に、5分間、そのときでいいですから思い出させて下さい。

お子様がウソをついていると思ったときは、

「じゃあ、今からもう1度思い出してみよう」

と言って、その場でやらせてみて下さい。

一番良いのは、授業が終わったときに1分間思い出して、

さらに家に帰ってすぐに5分間思い出すことですし、

最低限、家に帰ってすぐに5分間だけ思い出すことが望ましいのですが、

何もしないよりは、家に帰ってからしばらく時間が経っていても、

思い出したほうが良いですから、
時間的な遅れはあっても、しばらくの間は毎日思い出すように促して下さい。

何を思い出したかまでは確認する必要はありません。

逆に内容まで詮索すると、中学生くらいになると反発する子もいますから、
まずは、毎日確実に実行する癖をつけることに専念したほうが良いでしょう。

この2点（キッチンタイマーの件もあわせれば3点）を充分ご注意下さい。

また、実を言いますと、この方法には本編で触れていない別の狙いもあります。

その「別の狙い」は、お子様に伝える必要はありませんが、
保護者様は、一応理解して知っておいて下さい。

この思い出すという方法の本来の狙いは、
本編でお伝えした通り、記憶のメカニズムにのっとり、
授業の内容を「思い出す」ことで記憶を定着させることと、
思い出すという行為を繰り返すことで記憶力自体を向上させることです。

しかし、この2つの本来の狙い以外にも、さらに2つの狙いがあります。

それは、1．授業を聞く姿勢作り、2．習慣付け、この2つです。

1．授業を聞く姿勢作り

今回の方法を実行した初日は、授業の内容がほとんど思い出せないものです。
特に、理科や社会のような覚えることの多い教科では尚更です。
もちろん、理科や社会が得意なお子様は、
理科や社会は意外と思い出せても、苦手教科は思い出せないものです。

しかし、最初のうちは、ほとんど思い出せなくても構わないのです。

授業を聞いたつもりでも、いかに覚えていないかを自覚させること
それも重要なのです。

私自身の場合は、最初のきっかけは、復習が大事だと思ったため、
今日の復習をしようとして、「今日はどこをやったか？」と思い出してみたとき、
教科書を開かなければ思い出せなかったこと、
そして、教科書を開いても、今日の授業の内容をほとんど思い出せないこと、
その2つに気づいたときに、

「そりゃ、こんな状態じゃ、もっと勉強しないと成績も悪いわけだ」

と**自分で気づけた**ことです。

ですから、復習を楽にするために、もっと覚えていたいと思って、
授業を聞く姿勢も変わりました。

つまり、お子様が実行する際にも、
お子様自身に、授業だけでは不十分だと気づいてもらいたいのです。

そして、不十分だと思えば、復習をしようと思うかもしれませんが、
そこまで至らなかったとしても、
今回の思い出すことを毎日行なっていれば、
授業を受ける際にも、**後から思い出すことを前提にして聞きますから、**
自然と授業を受ける姿勢が変わります。

通常の場合は、次回のテストまでは思い出さなくても良いのですが、
この方法を実行することで、家に帰ったらすぐ、
つまり、その日のうちにもう1度授業内容を思い出さねばなりませんので、
次第に、授業を受ける際にも、

後から思い出すことを意識して授業を受けるようになります。

この自発的な意識作りが重要なのです。

親や先生に言われてやることと、自発的にやることでは、その効果や成果は随分と違うものになることは説明するまでもないと思います。

もちろん、自発的に行動をしたほうが、はるかに良い成果が期待出来るわけですが、お子様に自発的に行動を起こさせることが難しいですよ。

ところが、今回の方法であれば、毎日5分だけ思い出しているうちに、まずは単なる慣れから、多少なりとも思い出せる内容が多くなります。

そして、思い出せる内容が増えてくれば、自然ともっと思い出せるようになりたいと思える可能性が高く、もっと思い出せるようになりたいと思えば、お子様ご本人が意識するしないにかかわらず、

自然と授業を聞く際の姿勢が良いものとなるのです。

授業を聞く姿勢が良くなれば、その分、思い出せる内容が増えるのはもちろん、成績自体も自然と良くなることは間違いありません。

つまり、今回の方法は、お子様ご自身で、

より良い姿勢で授業に臨むという姿勢作りの狙いもあるのです。

さらには、そこから、お子様が自発的に、思い出すだけでは限界があるから復習もしようと思ってくれれば言うこと無しですが、そこまで行かなくとも、授業の姿勢が良くなるだけで、成績は良くなります。

まして、今回の方法を実行していますから、

今回の方法の本来の狙いである記憶力のアップや、
思い出せた内容が記憶として定着することで、
それだけでも、成績向上が望めますので、まずは大丈夫でしょう。

2 . 習慣付け

次に、「習慣付け」ということについても説明をしておきます。

たとえば、毎日1時間勉強をするお子様がいるとして、
毎日必ず時刻も決めて、午後8時から9時の1時間勉強をするお子様と、
毎日勉強するものの、時間が空いたときに1時間勉強をするお子様とでは、
どちらのお子様のほうが良い成果が期待出来ると思いますか？

答えは・・・どちらとは一概には言えないのですが、
概ね前者のほうが良い成果の出る場合が多いです。

親や先生に言われて8時から9時と決められて勉強するのと、
自発的に適当な時間帯に勉強するのとでは、
後者のほうが良い場合が多いですが、
お子様ご自身が自発的に決めて毎日同じ時間帯に勉強をするのでしたら、
適当な時間帯に勉強をするよりも、より良い成果が期待出来ます。

人間の脳のメカニズムから言って、
あらかじめ時間帯を決めておいて、
毎日必ずその時間帯に勉強をするようにしたほうが、
その時間帯になったときに、条件反射のように、
脳が勉強向きの「勉強脳」になって効率が上がるからです。
また、毎日同じ時間帯に勉強するように習慣付けしたほうが、
勉強をしないと逆に落ち着かなくなるような良いサイクルになります。

子供に勉強をさせようと思ったら、

毎日まず机に向かうという習慣付けが大事だと言う人もいますが、
それほどに、習慣というものは、人間にとって、
大人や子供であることを無関係に、良い作用を及ぼすことが多いのです。

その意味でも、机に向かうという習慣付け以上に手軽で、
確実に習慣付けが出来るのが今回の方法で、
習慣付けの第一歩としても、今回の方法は理に適っているのです。

机に向かって勉強をすることがまったく無いお子様でも、
毎日思い出すだけでも習慣化すれば、
勉強に対する習慣付けの第一歩を踏み出せますから、
その後の勉強の習慣付けをする際にも良い影響を及ぼしてくれます。

このように、本編では触れなかった2つの狙いも含めて、
合計4つの観点から、今回の方法は必ず効果がありますので、
是非、お子様に実行させることに専念をして下さい。

また、お子様が既に毎日机に向かって勉強をすることが出来ていたり、
もう少し多くの方法を知りたいという場合は、
今回の内容を応用した勉強法も無料で配布していますから、
必要な方は、以下のサイトからダウンロードして下さい。

<http://kamishiro.hokage.biz/legend.html>

このサイトの下のほうに申込みフォームがあります。
無料ですが、メールアドレスの登録だけ必要になります。

その後に適時、「実行していますか？」などの激励や、
私がお教えした子供達の役立つ事例などをメールでお伝えするためです。

こちらで配布している応用編の勉強方法は、
机に向かって勉強をする際に役立つ内容になっています。

どうせ同じ時間勉強をするなら、より良い成果が期待出来る方法のほうが良いですから、今回の方法と同時に、あるいは、今回の方法で効果が実感出来たら、是非、もう1つのほうの無料レポートの内容も実行させてみて下さい。

実は、今回の「思い出す」という内容と、もう1つの勉強方法(もう1つの無料レポート)の内容は、私の教え子が、以前に(もしかしたら今もかもしれません)千円で販売をしていたものです。

千円で販売していても好評だったそうですから、今回は無料ですので、入手しない手はないと思います。

是非もう1つの無料レポートも入手して、お子様の成績アップに役立てて下さい。

そして、いずれにしても最も重要なことは、今回の方法も、もう1つの無料レポートの方法も、お子様にお伝えされましたら、

すぐに実行させることです。

後からやっておいて。とか、明日からやろう。とか、後回しにしないことです。

後回しや先送りは、実行をさまたげてしまいますので、名物予備校講師の林先生の言葉通り、やるなら「今でしょ!？」です。

伝えたそのときに実行させるのがベストです。

今回の方法については、お子様に話を伝えたときが、日曜日などの休日だったりしたら、その日は授業がありませんが、その場合は、直近の金曜日の授業の内容を、その場で思い出させるとか、

あるいは、お子様に話を伝えたときが夏休みなど長期の休み中で、直近で授業がなかった場合などは、最近お子様に伝えた大切な約束事や、大切なことを思い出させて、思い出したことを口にさせても構いませんし、極論すれば、昨夜の晩御飯は何を食べたか？昨日は何をして遊んだか？ 今日は何まで何をしていたか？そんな内容を思い出させるだけでも構いません。

そんな内容であっても、すぐに実行させることが重要です。もっとも、今回の方法は長期の休み中には伝えるのに向きませんが、もう1つの無料レポートの方法は休み中でもすぐに出来ることですから、長期のお休み中に今回のレポートを読まれてしまった場合は、休みが終わって授業が始まってからお子様に習慣付けするか、もう1つのレポートもお読みになって、そちらのほうの勉強法を実行させるかして下さい。

それでは、お子様の飛躍的な成績向上を願っております。最後までお読み下さいますと、ありがとうございました。

神代しん