



GOOD IDEA

only success!!!

PERSONAL STUDY

成果が出る勉強法
小学5年生 **Best3**



効果的な「褒め方」「叱り方」

小学 5 年生の保護者様からよくいただく相談として

- ☑ 「先生の言うことは聞くのに、親の言うことはきかない」
- ☑ 「どうしても家で怒ってしまってケンカになってしまう」



というものがあります。

大事なことは「褒める」「叱る」

の使い分けができていますかどうかです。

「褒める」と「叱る」には、それぞれ使うべき場面があり効果が異なります。

それを使い分けることで保護者様の言葉にも耳を傾けやすくなります。

ではそれぞれの効果を確認していきましょう。

「叱る」ことの効果とは？

「叱る」ということには一般的にやってはダメな行動や禁止したい行動をした時に効果的と言われています。

つまり、「叱る」のであれば やめてほしい行動に対しておこなうのが 正しい「叱り方」です。

例えば お子さんが学校の宿題をやらないとき、どうしても「宿題やりなさい」と強く言いたくなってしまうですね。

実は、その声かけは効果的ではないのです。宿題をやっていないということは宿題をせずに別のことをやっています。

その別の行動のことを「叱る」べきです。

例えば テレビを見ていて勉強をしないのであれば「勉強しなさい」ではなく、「テレビを見るのをやめなさい」

というのが「具体的な声かけ」になります。

行動科学的に「叱る」とは間違いを正すという意味合いがあります。

大人でも否定的な言葉でやる気になるなんてことはそうそうありません。

否定的な言葉で伝えるのではなく、まずは「その行動は間違っている」と教えることが大切です。

では「叱る」の反対「褒める」にはこういった効果があるのでしょうか。

「叱る」ことの効果とは？

「褒める」ということは、
良い行動や続けて欲しい行動をしたときにその行動を
継続してもらうことに効果的と言われています。



例えば「勉強したら?」とすすめて実際に「勉強した」・「宿題をやった」とします。
そのときにすかさず、「宿題やったんだね。えらいね」と声かけをします。
「宿題をやる」・「机に向かって勉強をする」という良い行動を褒めることによって
その行動を繰り返すようになります。
これは、人間の基本的な行動原理にのっとったもので、人間には
「具体的に褒められた行動は繰り返す」という習性があるからです。

そして「褒める際のポイント」は、「すかさず褒める」ところにあります。
行動科学には「60 秒ルール」というものがあり、60 秒以内に褒めると
その行動の継続率がさらに上がると言われています。

保護者の皆さんも声かけする際に、

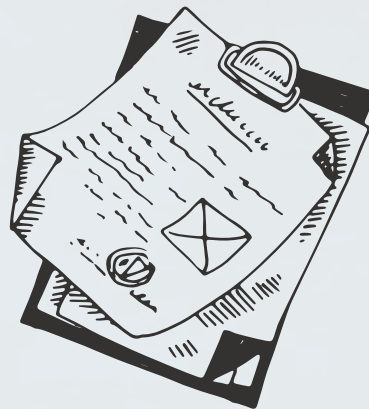
- ここは「叱る」ところなのか「褒める」ところなのか
- 「叱る」なら何をやめさせたいのか
- 褒めるなら何を継続してもらいたいのか

を考えて声かけをしてみるといいですよ!

特に小学校高学年は、何かと行動したくない理由をつくりがち。

そんなときにも褒めることは効果的です。

「褒められるために行動する」という理由
を作ってあげられます。



中学受験に必要な三要素

中学受験生の場合は、勉強の単元学習以外にも気を付けなければならないポイントがあります。

そのポイントは3つありますので、それぞれ紹介いたします。

中学受験に必要な三要素

1. 勉強のやり方を身につける
2. 学習習慣を身につける
3. 基礎学力をつける



具体的に一つずつ説明いたします。

1. 勉強のやり方を身につける

間違った勉強方法を改善し、正しい勉強のやり方を身につける必要があります。
中学受験を目指しているお子様の多くは勉強時間の確保はしています。

しかし、それが効果的な勉強になっていないケースも多々見受けられます。

例えば、《間違い直し》。私たち大人は当然、間違えたところをいかに理解するか？

いかに覚えるか？が「間違い直し」と思っていますよね。

でもお子さんのノートを実際に見てみるとどうでしょうか？

「これ、答えを写しただけじゃない？」ということはありませんか？

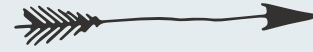
しかも、「間違い直し終わったの？」と聞くと悪気もなく「終わった!」と堂々と言ってきます。

それでは意味がありません。

実は「意味がない」「間違っている」ことは知っていても、ついついそのままに

してしまっているということはありませんか？

勉強の時間だけではなく、やり方を見直して効率の良い学習になっているかも大切な要素です。



2. 学習習慣がない

一言で言うと、「宿題以外の勉強時間はどれくらいあるか?」ということです。
大手進学塾に通っている場合、宿題も大量に出ます。

宿題を終えることはもちろん大切ですが、宿題は全員に同じものを出されているため、
差を埋めることはできません。

それ以外に苦手克服をする勉強時間を自分から取れているか?ということです。
一斉指導の塾ではもちろん中学受験に向けてのカリキュラムに沿って授業が進みますが、
それについていけているかどうか。
「ただ通っているだけ」「出された宿題をこなすだけ」という状態であれば、
学習計画や勉強スタイルを修正する必要があるでしょう。

3. 基礎学力がない

中学受験は、学校で習うより非常な高度な理解が必要になります。

例えば算数。次から次へと新しいことを学んでいきますが、
もちろん塾などで習うような手順を踏めば問題は解けるようになります。
しかし、なぜその解き方をするのか、といった単元の基本を理解せず、
ただその問題だけ解けるようになっただけでは、より高いレベルの問題は攻略できません。

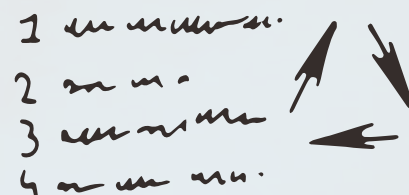
そこで必要になるのが「基礎学力」です。

今の学年より前の学年の基本がしっかり理解できていなければ、
「わかったつもり」になってしまい、後から広い範囲の復習が必要になってしまいます。

今塾でやっているところが解けているからといって油断せず、
その単元がきちんと理解できているかも確認しながら進めましょう。

効果的な復習サイクル

定着率が大きく上がる効果的な勉強方法とは？



どんな勉強にも活用でき、勉強した内容が強く定着できる方法をご紹介します。

その方法を紹介する前に、「エビングハウスの忘却曲線」という言葉をご存知でしょうか？

簡単に言えば「人は1時間で54%、1日で74%近く忘れしまう」というものです。

おそろしいですね。しかしこれには別の研究結果もあります。

実は、「学習した内容を24 時間以内に10 分間
復習をすると、記憶率が100%に戻る」という結果も出されているのです。

そして

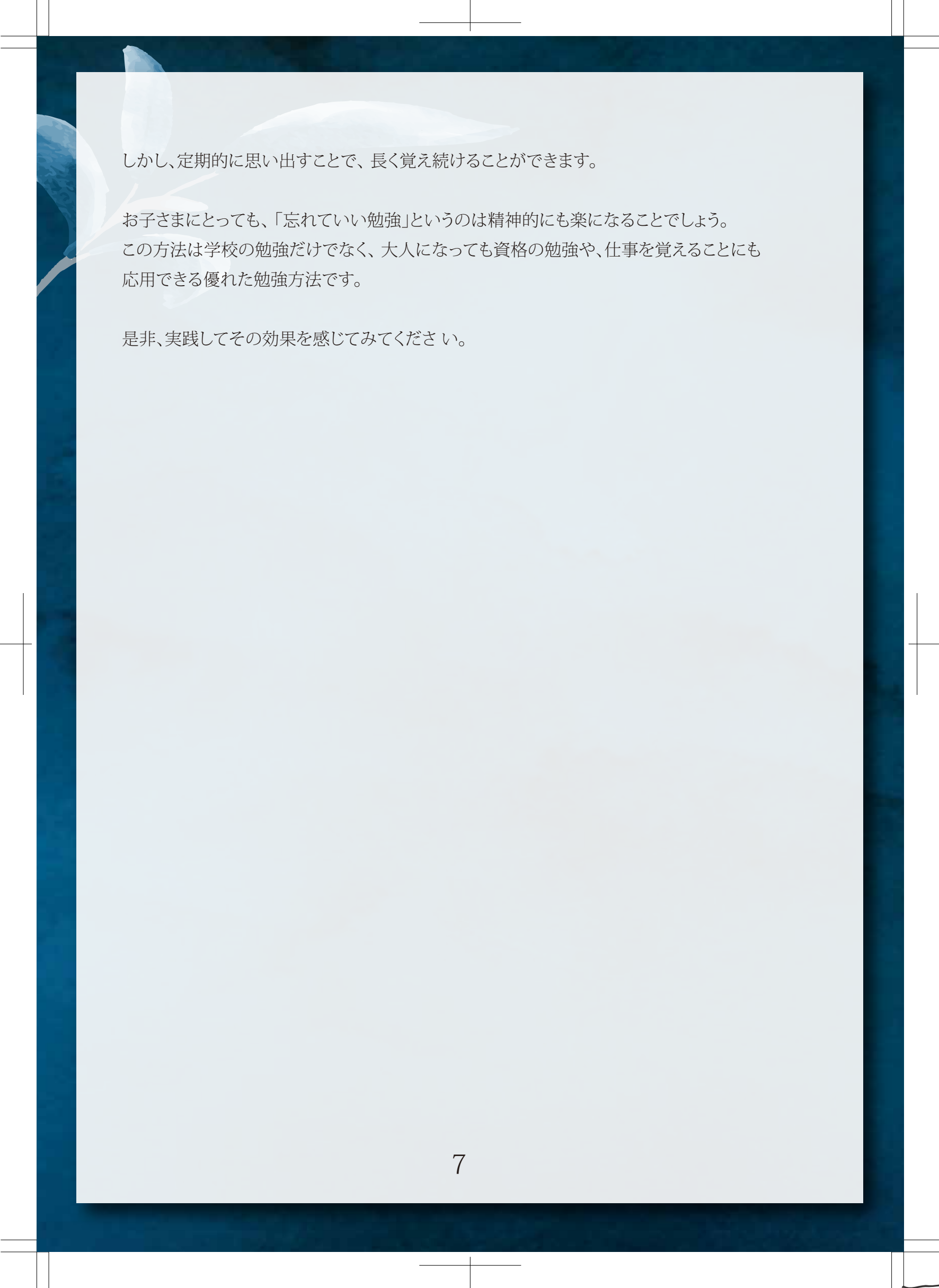
「1 度復習した内容は、わずかな時間で元に戻すことができる」
という結果も出ています。

これらを実際に勉強に活用すると、以下の勉強方法が効果的とされています。

- 1 日目:暗記したいところを勉強する
- 2 日目:1 日目に勉強したところを 10 分で復習 する
- 7 日目:同じ箇所を 5 分で復習する 30 日目:同じ箇所を 5 分で復習する

単純ですが、非常に高い効果があり、これだけで記憶の定着率はググッと上がります！
この勉強方法のポイントは、1 日目に勉強したことをずっと覚えている必要がないということです。

人間の脳は忘れるようにできているので、一度勉強したことをずっと忘れないようにするということは不可能になっています。



しかし、定期的に思い出すことで、長く覚え続けることができます。

お子さまにとっても、「忘れていい勉強」というのは精神的にも楽になることでしょう。
この方法は学校の勉強だけでなく、大人になっても資格の勉強や、仕事を覚えることにも
応用できる優れた勉強方法です。

是非、実践してその効果を感じてみてください。