



# 2021年 10月号 ゼミナル通信 “鳥瞰するが如く”

## やる気の入力方

子どもたちも日々の生活の中で多くの悩みを抱えていると思います。あるアンケートで「最近の中学生の悩み」と「日ごろの勉強における悩み」の回答のうち上位のいくつかを抜粋してみました。(ウィズティ 好学出版)



### ・最近の中学生の悩み

成績(62.0%)、将来の進路(57.6%)、身体(34.7%)。(2018年 厚生労働省 子ども・子育て支援推進調査研究事業より 複数回答含)

### ・日ごろの勉強における悩み

勉強のやる気が出ない(77.7%)、勉強以外にもやりたいことがある(52.1%)、勉強方法がわからない(39.2%)。(2013年 ネットエイジア調べ 複数回答含)

この結果を見ると、多くの子どもたちが『やる気』で悩んでいるのが分かります。では、『やる気』を出すにはどうすればいいのでしょうか。『やる気』が出る簡単な方法をいくつか紹介します。

### 1. 毎日絶対にクリアできる課題を作る

「単語を3つ覚える」「問題を3問は解く」など、自分が無理なく、確実にできる課題を設定する。量は気にせず、「今日はこれができた」と、達成感を感じることがポイント。1日にできる量はわずかでも、1ヶ月、1学期…と続けば、確実に成果が見えてくるでしょう。“継続は力なり”です。



### 2. 周りに宣言して「応援」してもらう

その日の目標や達成したいことを文字に書きだしてみると、やるべきことを、よりはっきりと意識できます。確実にクリアしたい目標を他の人に宣言して、応援してもらうのも手。「テスト〇点UP」「〇時間やる」など、具体的な目標が better です。家族や友だちの支えも借りて、頑張った手応えをつかみましょう。

### 3. すき間時間を最大限活用しよう

部活を続ける上での最大の課題は、まとまった勉強時間が取りづらくなることです。その対策として効果的なのは、すき間時間を活用すること。登下校時や休み時間、夕食から入浴までの間など、数分でも時間があれば、単語や用語の見直し、その日解けなかった問題の復習など、その時間でできる勉強をしましょう。短時間の積み重ねは、予想以上に効果的です。

自分に合った方法が必ずあるので、色々工夫をしてあきらめずに探してみよう。(内村)

## ‘自分の一番 ジャンプ賞’ (9月実力テスト)

ジャンプ賞は入塾時の成績から順調に又は、飛躍的に伸びた人に贈られます。

	入塾前		9月実力テスト	
国分中	43番	↗	12番	31番 up
〃	24番	↗	16番	8番 up
日当山中	91番	↗	46番	45番 up
隼人中	53番	↗	27番	26番 up
〃	158番	↗	67番	91番 up
〃	166番	↗	76番	90番 up

その他多くの人が‘自分の一番’を更新中です。

**入塾キャンペーン中！ご友人をご紹介ください。**

### 卒業生より お礼のメッセージが届きました

懐木の甲子園という舞台で野球をやるのができ  
大変貴重な経験となりました。  
この経験を活かし、次のステージで頑張りたいと思います。  
たくさんの方の応援ありがとうございました。  
梅南高校 長澤明日翔

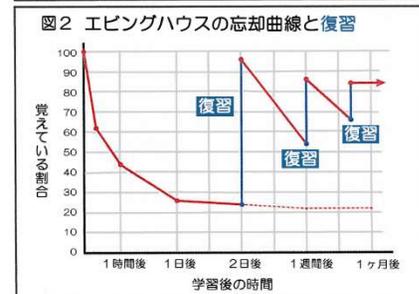


## 日々の勉強足りてますか？

2学期もひと月が過ぎ3年生にとっては11月の三者面談(受験校決定)まで、残りの日数がわずかとなってきました。公立入試は3月(私立入試は1月)ですが、この2ヶ月で受験校はほぼ決定します。まだまだの気に構えている生徒が多いように思います。受験を意識しましょう。

### - エビングハウスの忘却曲線 -

人間は、一度覚えたことでも時間が過ぎていくとどんどん忘れていきます。そこで、覚えたことをどのくらいの割合で忘れていくのだろうかと研究したものがああります(図1)。グラフを見ると、学習したことが1ヶ月後には約80%も忘れてしまいます。でも、図2のグラフを見ると2日後に復習することで、元の100%に近づきます。1週間後にはまた忘れるけれど、復習することで、また100%に近づきます。こまめに復習すればするほど忘れにくくなって、記憶に定着されるようになります。



「そんなに復習に時間を割けないよ。」  
「ほかの問題をもっとときたいんだけど。」などの声が出てきそうですが、復習にそこまで時間をかける必要はないですし、復習すればするほど復習時間は短くなります。問題を見るだけで解き方の道筋が思い浮かぶようになればこっちのものです。(四本)

## (座・閑話) WATERFALL を見に行くには FALL がいい!?

大隅半島根占にある‘雄川(おがわ)の滝’をご存知ですか？  
一昨年放送のNHK大河ドラマ「西郷どん(せごどん)」で、テーマ曲と共に映し出されて以来、有名になったあの滝です。

そろそろ人出も少なくなっている頃だろうと思い、この7月に初めて足を運んでみました。国道から外れて狭い道を抜けて行くと、思っていたよりは広めの駐車場がありました。溪流の入り口にはちょっと洒落た感じのカフェもありましたので、かなりの数の観光客が訪れていることが想像できます。



そこを通り過ぎるとすぐに澄みきった川が涼しげに流れています。そのせせらぎを聴きながら、そしてその透明度の高い水の美しさに惹き込まれながら約10分ぐらい歩いて行くと、幅60メートル落差50メートルほどの雄大な滝と、青、緑、そして光が織りなす不思議な透明色を湛えた滝つぼが、ドーンと飛び込んできました。

「嗚呼、なんて滝だ！」これ以上は筆舌に尽くしがたい程の圧倒的な風景です。そこにいる誰もが目も心も奪われてしまったかのようになりうっとりしてその光景を眺めていました。これは紛れもなく鹿児島県の誇る景勝地のひとつだと自信を持って言えそうです。

まだご覧になっていない方は是非一度訪ねてみてください。私は、滝だけにまた行きたくなりました。(めーめー仔ヤギ)

HPに応援メッセージを載せたところ、お母様の目にとまったようで、先日、記念品を添えて本人のメッセージを届けに来て下さいました。

- [ながさわ・あすか]
- ・キャッチャーでレギュラー。県大会ではホームランを打つなど甲子園出場に大きく貢献しました。
- ・舞鶴中時代、野球部の仲間3人で通ってくれました。切磋琢磨しながら‘自分の一番ジャンプ賞’も獲得しました。

