

Mimiyori Column  
耳寄りな学びコラム

## 外で遊ぶと理科が伸びる!?

知っていると思える、ちょっと耳寄りな学びの情報をお届けします。

### 実体験の差が学力にも影響

最難関中学入試の理科では、屋外で活発に遊んでいた子と、勉強ばかりの子とで大きく差が出る問題があります。物理分野、「物体の運動」についてです。まず「全ての子どもに共通して難しい問題」は、「実生活での体験に基づかないため、想像しにくい」ことが解けない原因です。例えば、「無重力空間や月面上での物理的な問題」などが当てはまります。一方、地上での「物体の動き」は、外でどれだけ遊んでいたかで理解度に差が付きまします。例えば、キャッチボールで遠くまでノーバウンドで投げようとしたら斜め上の方に投げるとか、ボールを高いところから落とすと跳ね返りがだんだん小さくなるなど、遊びの中で物体の動きをイメージできるようになります。

外遊びは実体験の機会、リフレッシュ、体力増進と一石三鳥。ずっと家にこもらず時間を決めて外で遊びましょう!



### 今月の講師

渡辺智哉さん  
個別指導教室SS-1  
西宮北口教室長兼  
理科主任講師  
最難関中学や塾情報に精通している。



勉強に必要な「目的の条件は「安全」。体に合った勉強机やイスなど、安全な学習環境が家庭や塾にあること、またリラックスできる場所があることが大切です。リビング学習は集中できるとよく言われますが、これは、大半の子どもは適度にノイズがあるほうが集



中しやすいため。家族の心配が感じられるので安心して、リラックス感が勉強効率を高めます。家族の行動に大きく影響されるので、例えばお父さんが新聞を読んでいる間など、リビングに適切な集中の時間が流れる時間に一緒に勉強するといいたいですね。また、じっくり考える勉強はリビングで、暗記は一人で没頭できる勉強部屋で、とメニューに応じて分けるのもおすすめです。

3つ目は「適度なストレス」。子どもが最もやる気になれるのは、ちょっと頑張れば解けるような、少しの負荷で解決できる問題。まずは1週間の勉強のメニューを全て具体的に書き出し、得意の度合いで「○」「△」「×」に分類してみます。少しの努力で解ける

「△」を、余裕で解ける「○」になるよう重点を置くこと、子どものやる気がアップします。また、取り組む時間もポイント。子どもが元気でやる気のある時間帯に「△」や苦手の問題に挑戦します。解けない「×」問題は翌月「△」にすることを目指しましょう。また、暗記学習は夜寝る前に、翌朝もう一度見直すことで記憶を定着させます。

小川大介さんの最新刊  
『成績アップと合格をかなえるコツとわざもう悩まない中学受験』  
(海拓舎出版) 2017年1月30日発売予定  
中学受験は「受験戦略」があるかどうかで合格が決まるという。難関中学合格者8,000人以上の実績に基づいた、効果的な家庭学習や精神的なアプローチなどの指導法を一挙公開。

## 安全とリラックスが集中力を高める



この方に伺いました  
個別指導教室SS-1代表  
小川 大介さん  
子どもが短期間で結果を出すコーチング技術など独自の指導法を確立。教育系雑誌やウェブ、書籍への執筆多数。



# 「学習環境を見直してみよう」 成績アップのための3条件

「勉強は頑張っているのになかなか成績が上がらない」「勉強に集中できない」と子どもの学習に頭を悩ませる方は多いはず。その原因は、学習環境にあるのかもしれない。個別指導教室「SS-1」の小川大介さんは、能力を伸ばすには、やみくもに勉強時間を重ねるのではなく、3つの条件のクリアが必要と話します。効率的に成績をアップさせるために必要な3条件とは何でしょう。

### 反抗期にも効果的な親の励まし

2つ目は「信頼」。親が子どもをほめて励ますことで、信頼感と自信が生まれ、集中力が高まります。分かっていてもつい怒ってしまう、という場合は、夫婦間で意識的に子どもの長所を話し合う日課を作るといいでしょう。ふとした瞬間にも落ち着いて子どもにも対応できます。特に勉強に大きく関わるのが、反抗期の子どもの付き合いです。反抗期は、自立したいけれど自信がなく、不安でもやもやとした状態。「しなさい」という命令形ではなく、「してみたら」と提案型で本人に選択権を渡し、できていることは具体的にほめてあげましょう。「自分でできる」という自信が生まれた時、反抗期は嘘のように収まります。



### 少しの負荷がやる気を引き出す

「△」を、余裕で解ける「○」になるよう重点を置くこと、子どものやる気がアップします。また、取り組む時間もポイント。子どもが元気でやる気のある時間帯に「△」や苦手の問題に挑戦します。解けない「×」問題は翌月「△」にすることを目指しましょう。また、暗記学習は夜寝る前に、翌朝もう一度見直すことで記憶を定着させます。

少しの努力で解ける

千里人 ヤマちゃんの

## 北摂パブリック紀行

Vol. 15

取材・文/ 山本 茂

市民がつくった、みんなが集まれるステキな場所を訪ねる北摂パブリック紀行。今月は北摂を飛び出し、兵庫県西脇市の山間部「住吉」にある、のどかなカフェ、あんずの里です。

### 月に1日だけオープンする山里のカフェ

西脇市に月に1日だけオープンする不思議なカフェがあると聞いて出かけた。篠山市に近い市民農園「すみよし桃源郷」。山小屋風の管理棟に入ると、ピンクのTシャツ姿の女性たちの笑顔に迎えられました。

10年前、人口減少と高齢化が進む中で、気楽に集まれる場所をつくるという女性16人が意気投合。食器類は蔵、花は野にあるものを用いて、月に1回のカフェがスタート。口コミで増えた外からの来場者のリクエストで食事も始めた。近年の利用者は60〜80名。地産の野菜を用いたランチが好評。

木のぬくもりのカフェ

「小遣い程度を出す」と話したら、全員が「いらない。」「では旅行...」となり、これまでフィギュアスケート、正倉院展、祇園のお座敷などにみんなで出かけて大好評と。か、「ここに集まるのがみんな楽しみ」カフェや旅行を通じて「コミュニケーションが深まった」「住吉を知ってもらってイベントが増えたらいいな」と設立時から中心メンバーの綾川さんのお話し。ランチをいただいた外に出ると、ライダー約10名がにぎやかに到着。

「神戸の垂水から来ました。ここは緑の中を気持ちよく走れ、休憩や食事もできるのがいい。」

月1回のカフェを心こめて準備する女性たち。そのカフェを心待ちにしてはるばる訪れる人たち。それがまた彼女たちの元気にもなっている。次は雪が降った頃にまた来よう、そう思いながら千里へ車を走らせました。

やさしい味のランチ

里山の雰囲気がいっぱい

ニュートン式  
個別指導  
吹田

## 1/15(日)までの問い合わせで先着3名 現学年5教科教材費&3月末まで授業料無料

期間限定キャンペーン授業料 (月4回/1コマ75分)

山田校	千里山校
通常 10,000円 → 5,000円	通常 13,000円 → 6,000円
小3~6 13,000円 → 8,000円	小学生 14,000円 → 8,000円
中1~2 14,000円 → 9,000円	中学生 14,000円 → 8,000円
中3 15,500円 → 10,500円	※高校生は問合せ

※適応後は、ずっとキャンペーン価格になります。

吹田千里山校  
吹田市千里山東  
2-28-10 2F

吹田山田校  
吹田市山田東  
2-24-9  
シャルム88-105

ニュートン式個別指導 希望塾

入塾特典 「シティライフを見た」で  
現学年の5教科分教材費無料  
さらに3月末まで授業料無料  
(1/15(日)まで、先着3名限定)

受 / 13時~22時  
☎0120-947-183  
<http://kibojuku.com/>

## ホストファミリー大募集!!

日本の高校で、日本語・文化・生活を学ぶ交換留学生(15~18歳、主に英語圏出身)のホストファミリーを募集しています!日本にあこがれて来日、頑張る高校生の「日本の家族」になりませんか?

英語を話さなくても大丈夫、国際交流に興味をお持ちの方、是非お問い合わせください。

国際交流・留学を支援するNPO  
日本国際交流振興会(JFIE)

※詳しい募集要項、申込用紙はホームページをご覧ください。

JFIE で検索

※受付:月~金 9時~18時(土日は休み)

申込期間  
募集開始:2017年1月4日(水)  
締切:2017年2月28日(火)

お問合せ TEL: 06-6374-0328 FAX: 050-5515-1836