

**や**る気スイッチとは「ボタン式」ではなく「ダイヤル式」です。「やる気が起きたら勉強する」という人も多いと思います。しかし勉強はやる気になってからするものではありません。やる気は「やり始めてから出る」ものです。部活動の練習で似たような経験はありませんか？やる気スイッチはオンオフが簡単に切り替えられるものではなく、少しずつダイヤルを回していくようなスイッチです。やっていたら勢いがついていくものです。

まずは始めて見ましょう。勉強はやり始めるとリズムができるものです。場所はどこでも構いません。はじめは宿題や予習をやり、終わったらそのまま問題集を解く時間にしましょう。

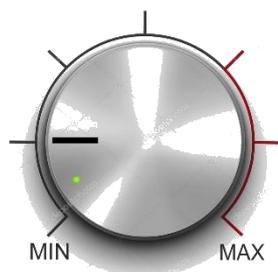
そして、戻れない休憩はしないようにしましょう。一度テレビやネットサーフィンをしてしまうと勉強に戻りにくくなります。休憩に入るときには何分休むと決めて、タイマーやストップウォッチを使い、自分がどれだけ休んだか数値で計れるようにしましょう。

成績が伸び始めるのは、その人自身が「やらないといけない」と覚悟を決めて勉強を始めたときです。だから、何度も聞いたフレーズですが「いつやるの？ 今でしょ！」という言葉に共感する人が多いのです。

やる気スイッチ



リアルやる気スイッチ



**保**護者の方に「勉強しなさい」と言わせていませんか？「勉強しなさい」は悪魔の言葉です。この言葉を聞いてやる気になる人はまず居ませんね。保護者の方に真っ向から立ちまはだかられるように「勉強しなさい」と言われるのではなく、横に立って寄り添うつもりで信じて支えてもらえれば百人力ですよね。そのためには、生徒の皆さんが「勉強しろって言われるとやる気でないんだよね〜」などと文句をこぼす幼稚なお子様のままではいけません。

例えば定期テストなどの目標を宣言して、自分で頑張ることを保護者の方に約束しましょう。目標はやる気の燃料です。自分の心の中だけにとどめてはいけません。あえて自分にプレッシャーをかけるために、目に入るところに目標を書いてみてはどうですか。保護者の方も次回のテストで結果が出るまでは見守っていただけだと思います。

**自由**でいることには責任が伴います。あなた達自身が『頑張る宣言』をして結果を残すために努力をしましょう！ただし、目標達成できないと落ち込む性格の人は「最低限達成したい目標」を設けるのもアリです。【例】『目標合計400点（最低でも350点）』

**夏**休みが勝負の分かれ目です。夏期講習を受けて（申し込んで）勉強をした気分になっていませんか。この夏休みをいかに有効に使えたかが大きな差になります。まずは最低限やらなければいけないこと（宿題や提出物）から始めましょう。そして、塾や宿題以外の自分だけの勉強が学力を大きく向上させます。主に復習の時間を取りましょう。復習の基本は問題集を解くことです。知識を取り出して使いこなせるようにします。この時間を多く取れば結果が大きく変わります。復習は、過去に定期テストで出題された分野の入試過去問や問題集を解くようにしましょう。