

家庭でできる！勉強スタイル診断と学習サポートのヒント

このパンフレットは、お子さまのテスト勉強のスタイル（計画派 or 一夜漬け派）に合わせて、家庭での学習サポートを工夫するためのヒントをまとめたものです。お子さまの“らしさ”を活かした声かけや環境づくりを意識することで、より効果的で楽しい学習が実現できます。

【1】お子さまはどっち？2つの学習スタイル

■ 一夜漬け派（追い込み型）

- ギリギリになってから集中する
- 刺激やプレッシャーがスイッチになる
- 短期記憶力に強く、瞬発力あり

■ 計画派（コツコツ型）

- 早めから準備することで安心する
- 学習スケジュールを立てるのが得意
- 安定感のある成績傾向

【2】タイプ別・家庭での声かけ&支援例

■ 一夜漬け派へのおすすめ対応

- ・「今からでも間に合うよ、一緒に優先順位つけよう」
- ・短時間集中（15～20分×複数回）を応援
- ・「どこから始める？」と問いを立ててあげる
- ・達成感を共有する（「ここまでやったね！」）

■ 計画派へのおすすめ対応

- ・「計画通りにできてるね、すごいね」
- ・スケジュール表を一緒に作って可視化
- ・イレギュラーに備えた“ゆとり時間”を設定
- ・失敗しても「また立て直せば大丈夫」

【3】おうちでできる学習環境の工夫

- 勉強開始時間を「決まった儀式」でスイッチオン（お茶を出す、BGM を流すなど）
- タイマー学習法（ポモドーロ法など）で集中時間を見える化
- 勉強後に「何をやったか」を親子でふりかえる時間を作る
- 机周りは“散らかりすぎない快適空間”に整える

【4】会話から広がる！親子で学ぶ“学び方の多様性”

「どんな勉強が好き？」「一番集中できた時ってどんな時？」など、勉強そのものより“学び方そのもの”に目を向けた会話を。子どもが「自分の強み」を知るきっかけになります。

【5】おわりに：正解のない“学び方”を、共に育てよう

すべての子どもに共通する“正解の勉強法”はありません。

でも、それぞれのスタイルに合わせた応援があれば、勉強はもっと楽しくなります。

「この子にはこの声かけが合いそう」そんな気づきが、ご家庭の学習サポートの第一歩です。