

夏休みの勉強習慣に

オンライン自習室



デンマーク発

"子ども自ら机に向かい、集中する" シンプルな仕組み

01



毎日の習慣にしたい
時間帯を設定(1枠25分)



02



小学生同士、
自動的にチーム編成(運営1名含む)

03



インカメラでお互いを映し合い、
25分間一緒に集中

- ※各自、勉強内容は自由(宿題・読書・受験勉強 etc.)
- ※顔モザイク・ミュート(会話不可)なので気軽に参加
- ※PC・タブレット・スマホどれでも可

子ども自ら勉強

親が注意するより...

毎日同じ時間をチームと約束

机に向かうまでが一番タイヘン。

日々のやる気や調子に左右されないよう、
勉強する時間を毎日固定。かつ、その時間が
チーム(小学生同士)との約束になるので、
親に注意されるより机に向かう気になります

※心理学「自我消耗」より

親の監視不要で集中

親が監視するより...

同年代で切磋琢磨

同じ年代のチームメンバー
が頑張る様子がみえるので、
勉強中ポーっとしづらくなります。

※脳科学「ミラーニューロン
効果・ピアプレッシャー効果」より

ひとりで漫然と学習するより
あえての25分集中

脳科学的に人間の集中力は長く
持続しません。1時間漫然とやる
より25分集中と5分の休憩を繰り返す方が効果的。1日25分でも◎
(小さくはじめることが習慣化の
コツ)

※「ポモドーロ・テクニック」より