**スクール系集客ブログ例**

※こちらのブログ内容はあくまでも参考のもになりますので予めご了承ください。

**みんな解けているのに私だけ…**

**そんなあなたにおすすめの勉強方法や注意ポイントをご紹介！**

（導入部分）

テスト勉強や受験勉強、もしくは資格取得の勉強を毎日コツコツ続けているのに効果が出ない、周りの人はどんどん前へ進んでいるのにと悩んでいる方多いかと思います。

この記事では、そんな方へ向けたおすすめの勉強法や勉強アイテム、また注意するべきポイントをご紹介していきます。

安心してください。自分にあった勉強方法を行えばきっとあなたも成果を出ますことができきますよ。

**目次**

・効率的な勉強方法とは？

・あなたの勉強効率を下げる意外なもの

・徹夜

・休憩時間

・柔らかい椅子

・プロが教える効率的な勉強方法　3選

・きりの良いところではなく時間で休憩をしっかり区切る

・大切なのは何回も繰り返すこと

・可能であれば誰かに教えてもらう、教える

・効率的な勉強のために注意したいポイント！

・自分にあった勉強方法を選ぶ

・歌詞付きの音楽を聞きながら勉強する

・まとめ

**効率的な勉強方法とは？**

これから紹介する効率的な勉強方法についてここでは簡単にまとめ、記事のオチまで記載。

**あなたの勉強効率を下げる意外なもの**

勉強の集中力を下がるものや、環境、マインドなどを記載。ここでは3つの原因タイトルがありますがケース・バイ・ケースで変更可。

・徹夜

人間の脳には記憶力や集中力が高まる時間帯というものがあります。

ですので睡眠をしっかりとり、朝の6時～10時、夕方の16時～18時の間に勉強をするのが効果的です。

・休憩時間

どんな方でも1つのことをずっと続けることは脳科学的には不可能なのをご存知でしょうか。

ですので必ず1時間に1度はしっかりと休憩を取り脳を休めてください。

・柔らかい椅子

柔らかい椅子は一見座り心地がよく集中力を高めてくれそうですよね？しかし、それは大きな間違いです。

座り心地のいい椅子は腰への負担が多いものが多く、勉強の集中力を下げる可能性がございます。

**プロが教える効率的な勉強方法　3選**

具体的な勉強方法を向上させる方法を記載してください。

流し読みでも解決策タイトルが把握できる内容にすると読んでもらえやすくなります。

・きりの良いところではなく時間で休憩をしっかり区切る

時間で区切ると当然ですがキリが悪いところで終わることも多くなるかと思います。

しかし！きりが悪いと休憩中も途中の問題のことを考え早く続きをやりたくなり、集中力が高くなります。

・大切なのは何回も繰り返すこと

人間が一回で覚えられる量には当然ながら限界がございます。

大切なことは常に繰り返し反復練習をすることです。理想は30分～1時間に一度のスパンで反復練習をおすすめします。

・可能であれば誰かに教えてもらう、教える

勉強を一人で行うことは効率的とは言いにくいです。人は常に誰かに習い、それを誰かに教える事により知識を蓄えて行きます。

**効率的な勉強のために注意したいポイント！**

上記では伝え切らなかった注意点やその他の項目があれば記載。

・自分にあった勉強方法を選ぶ

どんな勉強方法があっているかは実際に行って見ないとわからないものです。しかし、周りがやっている評判がいいからと言ってあなたに最適とは限りません。

しっかりと自分にあった勉強方法を探して見てください

・歌詞付きの音楽を聞きながら勉強する

歌詞付きの音楽は集中力を損ねる原因になります。できれば歌詞なしの音楽にしましょう

**まとめ**

効率的な勉強とは学習計画、環境、睡眠の3つにより大きく左右されます。

もし、勉強に集中できない、中々成果が出ない場合はこれらの3つをもう一度見つめ直して見るのも良いかもしれません。

当ブログでは受験勉強や資格取得などを行っている方へ向けて様々なおアク立ち情報や試験問題の解説なども行っております。

気になる方は是非下記よりご確認して見てください。

塾名：〇〇

塾長名：〇〇　〇〇

電話番号：03-1234-5678

メールアドレス：〇〇@gmail.com

※こちらのブログ内容はあくまでも参考のもになりますので予めご了承くださいませ。