

勉強が楽しくなるはじめての第一歩！ ～集中力を高める～



子どもの集中力はどのくらいの時間続くの？

幼児は「年齢+約1分」、小学校低学年は「約15分」しか続きません。最近ではこの短い時間でさえも集中できない子が増えているそうです。ですが、小さな子どもでも集中と休憩を繰り返して訓練することで、集中できる時間を増やしていくことができます。

①生活と環境を整えて幼児の集中力を養う

おもちゃや絵本で家の中は散らかっていませんか？家の中が散らかった状態だと集中力のない子に育つといわれています。子どもが遊んだおもちゃや絵本は子ども自身に片付けさせると集中力が養われます。整理整頓や片付けは頭を使うので、おもちゃを種類ごとに箱に分類して片付けさせるなどのようにすると、頭が良くなったり、集中力を高める効果があるようです。

②十分な睡眠時間を確保して脳の疲労回復

睡眠時間も集中力に大きく影響しているといわれています。昔に比べると子どもの就寝時間は遅くなり、睡眠不足が深刻化しています。睡眠不足になるとセロトニンというホルモンの分泌が減り、イライラしたり、集中力が低下してしまいます。睡眠で脳を休ませるためにも、子どもには午後9時～10時には布団に入らせ、たっぷりと寝かせてあげましょう。

3歳・4歳ではどんなことをするの？

もじ・かすに興味でできたお子さまは
読み書きができてきたお子さまは
どんどん進みたいお子さまは



カードや教員をつかって
もじやかすへの興味を広げます
くもんではそれぞれの子どもさまに応じて
カードなども取り替えます。読み書き
ができなくても大丈夫！



プリント教材で運筆やひらがなの読
み書きを学びます
運筆（うんぴつ）にも取り組むことで、
もじやかすをもっと正確に書けるようにな
っていきます。



就学前に小学校の内容に
進むこともできます
くもんは、年齢・学年にとられない個
人別学習
先に進むことで、「自ら学ぶ力」と「読
解する力」を育みます。

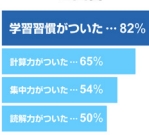
5歳・6歳ではどんなことをするの？

「できた！」
を積み重ねて、
学習への興味をのばします



達成感を感じながら、楽しく学習に
取り組みます

公文生の82%が
「学習習慣がついた」
と回答



公文式に通って
変わった話はあるですか？
※公文式会館調査（2021年）
アンケート調査（複数回答）

まずはお気軽に教室を見学しにきてください。親子で一緒に、保護者の方だけでももちろんOKです。

KUMON
MATH. READING. SUCCESS.

60th
KUMON
ANNIVERSARY
EST. 1958

0120-372-100

受付時間
(平日のみ) 9:30-17:30

QR
コード

メールでのお問合せ ▶ <https://www.kumon.ne.jp/inquiry/annai.php>

0・1・2歳のお子さまとごとのやりとり
Bgbq Kumon
無料お試し受付中！
ウェブでのお申し込みは8月31日(金)17:00までに！

くもんの先生募集
くもんの先生になりませんか。
説明会実施中！

くもんの先生募集
くもんの先生になりませんか。
説明会実施中！

英語を話せるようになるには
「会話のレッスン」
が最適だと思いませんか？
KUMONの英語

●企画概要

子どもを自然と机に向かわせる、勉強するための第一歩を
ご紹介していくコラムを発信。

●6回のコンテンツについて

Vol.1 鉛筆を持たせる工夫(トレーニング)

Vol.2 文字に興味を持たせるには？

Vol.3 お買い物ごっこで身につく算数

Vol.4 音読で脳を活性化

Vol.5 遊びも学び～なぜなぜ期を大事に

Vol.6 集中力を高めるトレーニング方法

●コース紹介

年齢に沿った学習の方法などをご紹介

●教室紹介

見学案内、キャンペーンや入会特典のご紹介など