

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	4/1	4/2	4/3	4/4

3月のお知らせ

3/24～30 イースター

3/31 から春休み

4/6（月）からレッスン

リンク集

[小学生学習リンク](#)

[Let's Go](#) 小学生用の動画・単語

[Quizlet](#) フラッシュカード

[Facebook](#) 公式ページ

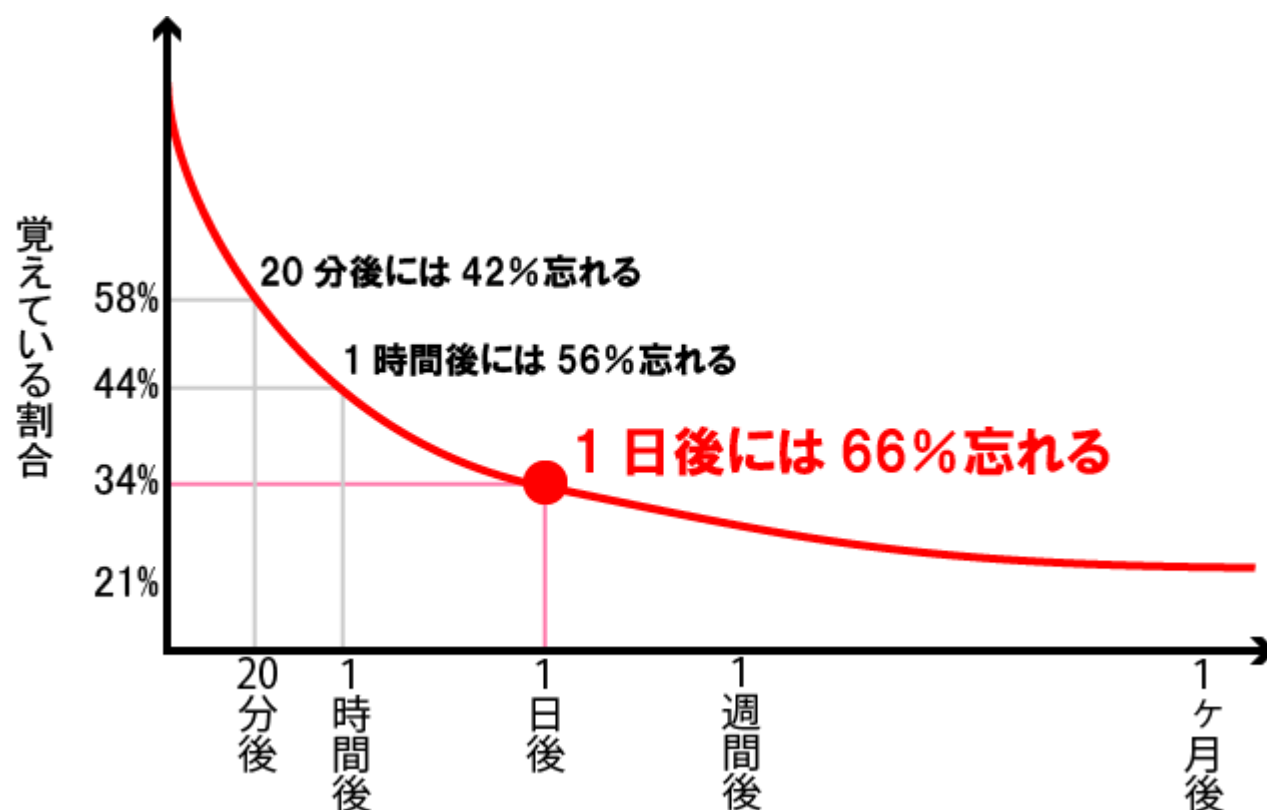
[インスタ](#) 公式アカウント

脳と記憶の話 ～ エビングハウスの忘却曲線

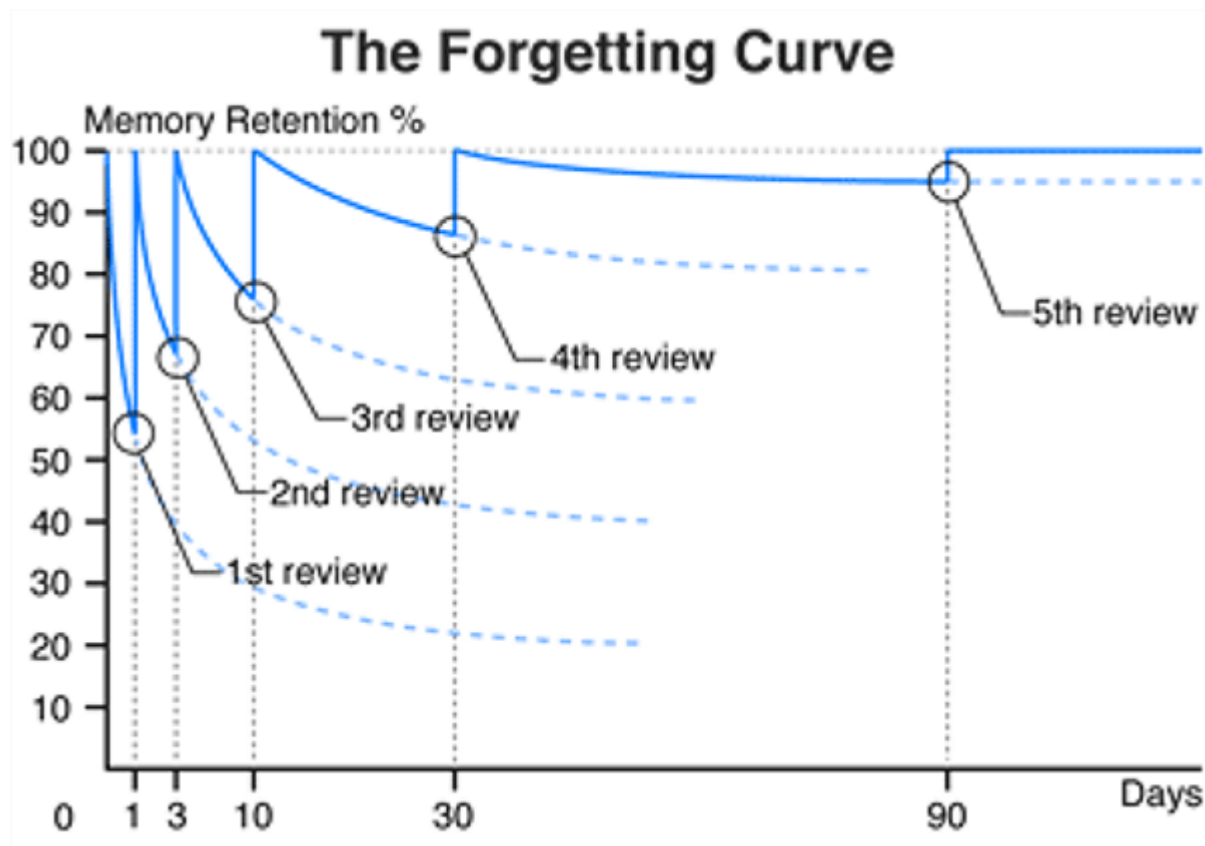
また一年が経ちましたね。幼稚園の時から教えている生徒さんがが 4 月から高校 3 年生になります。小学校から教えている生徒さんがもうすでに大学生です。我が息子も中学 2 年生になり、おそらくあと数か月でパパの身長を超えちゃいます。

さて、今回のテーマは「Memory」です。先月中学生の生徒さんと記憶のメカニズムと効果的な復習方法について話しました。中学生に話した内容をここでまとめようと思います。

恐らくどこかで、「エビングハウスの忘却曲線」について聞いたことがあると思います。一日で 66% を忘れる、1 月後に一度習った内容の 8 割（研究によっては 9 割）を忘れるという 100 年以上前の研究です。見てみると、人間の短期記憶力の問題を示しているように見えますが、実は違う見方もあるのです。



見方を変えると、このグラフは復習の大切さや効果的な勉強方法を示すグラフでもあります。復習を重ねるとどのくらい覚えられるか見てみましょう。



Source: <https://atsueigo.com/forgettingcurve/>

短期記憶から長期記憶に移すためには最初の一週間の復習がとっても大切です。たとえば月曜日にレッスンに来る人が、1 日後の火曜日と3日後木曜日と6 日後の日曜日に3 回復習すれば、次のレッスンの時は約8 割の内容をしっかりと頭の中に入れているため、次の英語に進めます。それに比べたら何も復習しない人が2 割しか覚えていないため、同じ内容の繰り返して教えざるを得ないことになります。英語が上達するかしないかのカギがここにあります。

長い記事ですが、ぜひ読んでみてください。^^

①<https://smarteigo.jp/articles/2434>

②<https://atsueigo.com/forgettingcurve/>

新クラス案内

Step 1 プリ（年少さん対象）金曜日 15:00 - 17:00

小学生クラス（英語ゼロから）木曜日 17:15 - 18:15

ぜひお友達を紹介してください。^^

March: Your Body

3月 からだ

Vocabulary 単語 [ここで発音を確認！](#)

Kangaroo	• head あたま • knee ひざ	• shoulder かた • toe 足のゆび
Koala	• Eye 目 • Ear 耳	• Nose 鼻 • Mouth 口
Step 1	Kangaroo & Koala の復習	
Step 2	• Chin あご • Hand 手	• Leg あし • Back 背中 • Arm うで • Foot あし
Step 3	• Neck くび • Eyebrow まゆげ	• Tooth/teeth 歯 • Tongue 舌 • Hair 髪の毛 • Elbow ひじ

Move your Body 体を動かす

<u>Stretch</u> your body 体を伸ばして
<u>Fold</u> your arms 腕を組んで
<u>Cross</u> your legs 足を組んで
<u>Spread</u> your fingers 手の指を広げて
<u>Bend</u> your knees 膝を曲げて
<u>Straighten</u> your back 背筋をまっすぐにして
Can you massage my shoulders 肩揉んでくれる？
Ouch, that hurts それは痛いです！

3月の手遊び

Kangaroo

Now tall Now Small [動画はこちら](#)

I'm stretching very tall
And now I'm very small
Now tall, now small
Now I'm a little ball.

Koala, Step 1-3

Hot Cross Buns [動画はこちら](#)

Hot cross buns ! Hot cross buns !
One a penny, two a penny,
Hot cross buns !
If you have no daughters,
Give them to your sons,
One a penny, two a penny,
Hot cross buns

Hot Cross Buns とは



ホットクロスバンズ(Hot Cross Buns)は、キリストの復活を祝う復活祭(イースター)には欠かせない、イギリスの伝統的な食べ物のひとつです。

ホットクロスバンズは、グッドフライデーの朝食にする習慣があり、この日に焼かれたパンには、魔よけと幸運をもたらす力があるとされているそうです。

レーズンやカレンズ(小粒のレーズン)などのドライフルーツやスパイスを加えた生地、白い生地などで十字の模様をかたどって焼き上げた、甘めのパンです。(食育大事典より)

3月の歌

Mummy and Me 1 Kangaroo

Head, shoulders, knees and toes [動画はこちら](#)

Head, shoulders, knees and toes

Knees and toes, knees and toes.

Head, shoulders, knees and toes

We all clap hands together!

Mummy and Me 2 Koala / Preschool Step 1

Head, shoulders, knees and toes [動画はこちら](#)

Head, shoulders, knees and toes

Knees and toes

Head, shoulders, knees and toes

Eyes and ears and mouth and nose

Head, shoulders, knees and toes

Preschool Step 2

Carobics

Stretch your hands up in the air.

Shake them shake them everywhere

Roll them up, roll them down

Clap them, clap them all around.

Heads and shoulders knees and toes, knees and toes, knees and toes

Heads and shoulders knees and toes, we all clap hands together.

Open your hands, fingers wide.

Creep them, creep them down your side

Wriggle your shoulders, wriggle your toes,

Touch your head, and touch your nose.

Tickle your knees, do it again.

Pump your arms, like a train

Smile at someone, wiggle your nose

Blow a kiss, and there it goes!

Step 3 / Elementary 低学年

The Hokey Pokey Shake [動画はこちら](#)

You put one hand in. One hand out. One hand in.
And you shake, shake, shake, shake, shake.
You do the Hokey Pokey and turn around
Everybody turn around.

You put two hands in. Two hands out. Two hands in.
And you shake, shake, shake, shake, shake.
You do the Hokey Pokey and clap your hands.
Everybody clap your hands.

You put one foot in. One foot out. One foot in.
And you shake, shake, shake, shake, shake.
You do the Hokey Pokey and sit down.
Everybody please sit down.

You put two feet in. Two feet out. Two feet in.
And you shake, shake, shake, shake, shake.
You do the Hokey Pokey and stand up.
Everybody please stand up.

You put your head in. Your head out. Your head in.
And you shake, shake, shake, shake, shake.
You do the Hokey Pokey and sing a song.
La la la la la la!

You put your backside in. Your backside out. Your backside in.
And you shake, shake, shake, shake, shake.
You do the Hokey Pokey and be quiet.
Everybody please be quiet. Shh!

You put your whole self in. Your whole self out. Your whole self in.
And you shake, shake, shake, shake, shake.
You do the Hokey Pokey and take a bow.
Everybody take a bow.