

エクステンポでやる気が出ない4つの理由

1. Topic がない

Topic を毎回やる前にいちいち考えてたら面倒、逆にあれば楽。たとえば、25個の Topic をすでに考えていたら、3回やったら、あと22回もやる気になる。別紙のトピック集を参考に Topic 探しに時間を使うことなく練習してみよう！ そのほかにも、自分でたとえば25個とか事前にやりたい Topic を集めてみよう

2. 目標がない

天野スピーカーになったらやばい！！！！ってなってやり始める。同じように何かに向けて努力するにはきっかけが大切になってくる。→ エクステンポの大会に積極的に参加しよう。なければ自大学で主催しよう。

3. 自分の成果が目に見えない

エクステンポ今まで何回やったかわからないと、たくさん練習した気になってるだけで、実は5回しかやったことない！！なんてことがある。だから自分でどのくらいやったかは目に見える形で残さなきゃいけない。別紙のエクステンポ練習表にシールを貼ってサインをもらおう。

4. 一緒にやる人がいない

エクステンポを自発的に家でできるようになるのは数を重ねてから。だから、それまでは（それからも）誰かと一緒にエクステンポをやることって大事。空いてる授業時間とかに二人ペアで30分くらいだけでもやってみること。みんなの時間割を確認して複数で集まるときに空き教室でやる。それでも長いと思うならプレパを5分とかにしたり、電車とかでプレパだけやっておいて、5分ずつ披露するのもよい。

やる気を出す工夫

- 専用のノートを買う。ビジュアルもいいし、ノートの数に応じて達成感を可視化できる。
- 練習表を手帳とかに貼る。なくさないいつでも携帯できるし、いつでも何回やったかが確認できる。