

グラフからどんなことが読み取れましたか？

お友達やご家族と話し合ってみましょう！

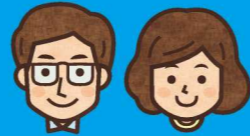
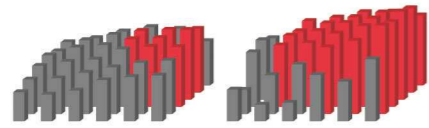


図1 の解説



左右のグラフを見比べてみると、**スマホ使用1時間以上の子供たち(左)よりも、スマホ使用1時間未満の子供たち(右)の方が、平均以上の成績を表す赤色の棒の数が多い**ことが分かります。

スマホを長時間使用している子供たちは、勉強・睡眠時間が短いから成績が低いという訳ではなく、たとえ同じ時間勉強をして睡眠をとっていたとしても**1日1時間以上のスマホ使用が学力に悪影響**を及ぼしていると言えます。

最新の脳科学研究でも、インターネット使用時間の長い子供は脳の広い範囲で発達に悪影響がみられることが報告されています。**「スマホは1日1時間まで」**を目標として、スマホに負けない自己管理能力を養いましょう。

図2 の解説



左側のグラフから、勉強中に使用している**アプリの種類数が増えるほど成績が低くなって**いることが分かります。

右側のグラフから、**アプリを3種類以上使用**している子供たちは、**3時間以上勉強**していたとしても平均の成績50を超えていません。また、アプリを**2種類以上使用しながら3時間以上勉強**をしている子供たちと**アプリを使用せずに30分～1時間勉強**している子供たちの成績が同程度になっています。

勉強中にスマホを使用すると、学習効果が打ち消されてしまう可能性があると考えられます。努力を結果に結びつけるためにも、**勉強中はスマホの電源を切って家族に預けるなどして目の届かない場所に置き、短時間でも集中して勉強する**ように心掛けましょう。

発行元：学習意欲の科学的に関するプロジェクト

- 川島 隆太 (東北大学加齢医学研究所長)
- 杉浦 元亮 (東北大学加齢医学研究所教授)
- 榊 浩平 (東北大学加齢医学研究所助教)
- 土田 茂 (仙台市立富沢中学校長)
- 鎌田 康彦 (仙台市教育委員会学校教育部参事)
- 田辺 泰宏 (仙台市教育委員会学びの連携推進室長)

- 筒井 健一郎 (東北大学生命科学研究科教授)
- 松崎 泰 (東北大学加齢医学研究所助教)
- 春日 文隆 (仙台市立原町小学校長)
- 郷家 貴光 (仙台市教育委員会学校教育部長)
- 佐藤 全 (仙台市教育センター所長)

事務局

- 多賀野 修久 (仙台市教育委員会学びの連携推進室主幹)
- 村上 秀樹 (仙台市教育委員会学びの連携推進室主任指導主事)
- 鈴木 香里 (仙台市教育委員会学びの連携推進室指導主事)

仙台市ホームページ (仙台市教育委員会)

「学習意欲の科学的に関するプロジェクト」
<http://www.city.sendai.jp/manabi/kurashi/manabu/kyoiku/inkai/kanren/kyoiku/project.html>



今すぐおさえたい

中学生ニュース

これまでの

仙台市標準学力検査
仙台市生活・学習状況調査

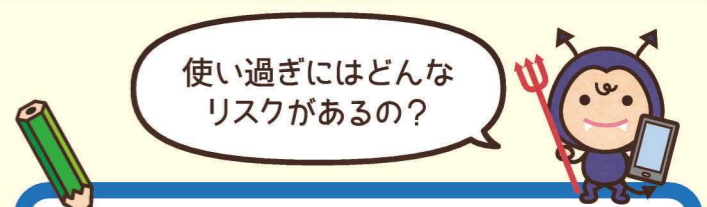
× 最新脳科学



スマホを使うとどんな良いことがあるの？

わたしの答え

Blank lined area for writing the answer to the question about the benefits of using smartphones.



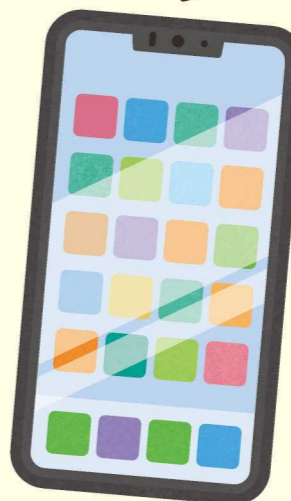
使い過ぎにはどんなリスクがあるの？

わたしの答え

Blank lined area for writing the answer to the question about risks of overusing smartphones.



みんなは何のためにスマホを使っているの？





スマホの使い過ぎは勉強の効果を打ち消す!?



スマホの使用習慣と学力の関係を表す2つのグラフから、どんなことが分かるでしょうか?

図1

これまでのみなさんの調査結果から、長時間のスマホ使用が学力に悪影響を及ぼしていることが分かってきました。図1は縦軸に成績、横軸に平日の家庭学習時間、奥行き方向に睡眠時間をとった3次元棒グラフです。左側のグラフがスマホ使用1時間以上、右側のグラフが1時間未満の子供たちの成績を表しています。

自分はグラフのどこに当てはまるでしょうか? スマホ使用1時間以上と1時間未満を比べてどちらの成績が良いと言えるでしょうか?

グラフを読み解きながら考えてみましょう。

今の自分の様子はどうかチェックを入れてみよう

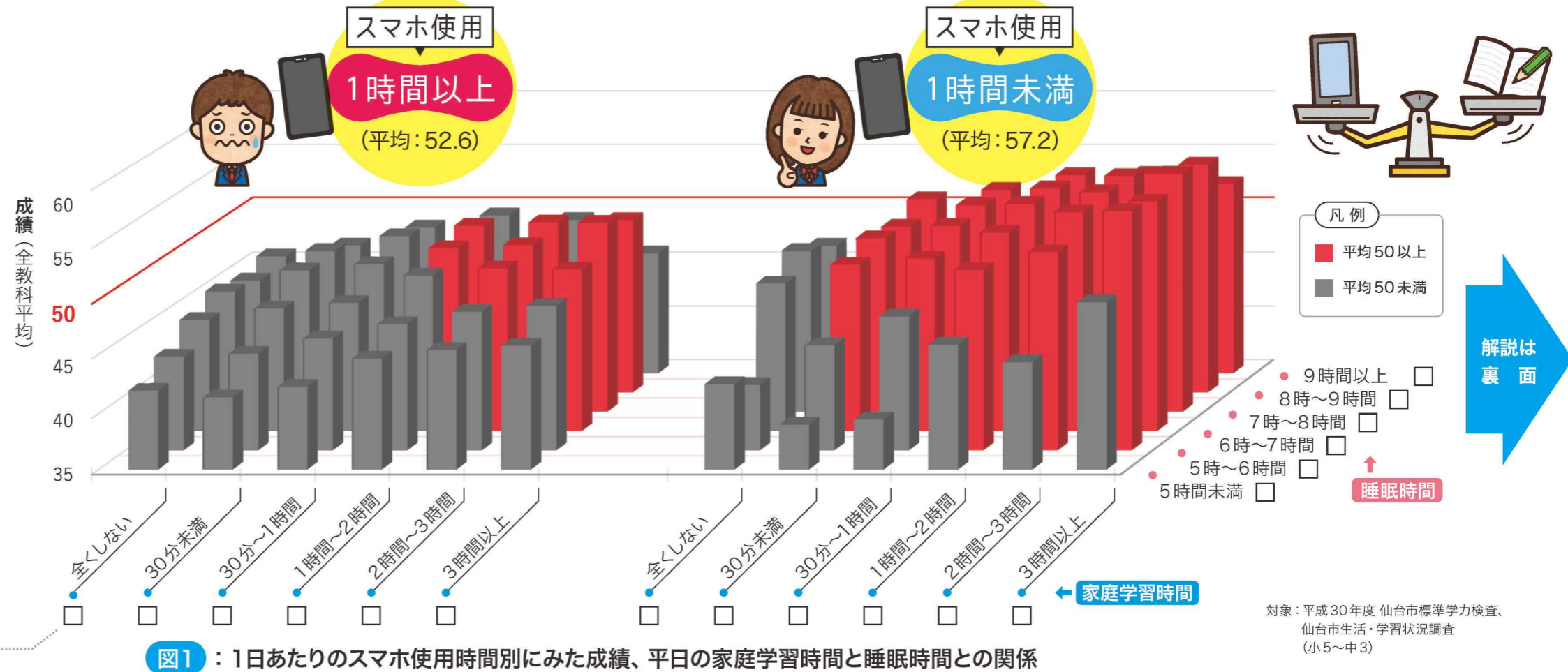


図1 : 1日あたりのスマホ使用時間別にみた成績、平日の家庭学習時間と睡眠時間との関係

解説は裏面

図2

みなさんは家庭学習のとき、スマホをどこに置いていますか? 図2の左側のグラフは、勉強中に使用しているアプリの種類数ごとにみた成績を表しています。右側のグラフは、平日の家庭学習時間で分けた結果を表しています。

自分はグラフのどこに当てはまるでしょうか? スマホを使用しながらでもたくさん勉強をしていれば成績が良くなるのでしょうか?

グラフを読み解きながら考えてみましょう。

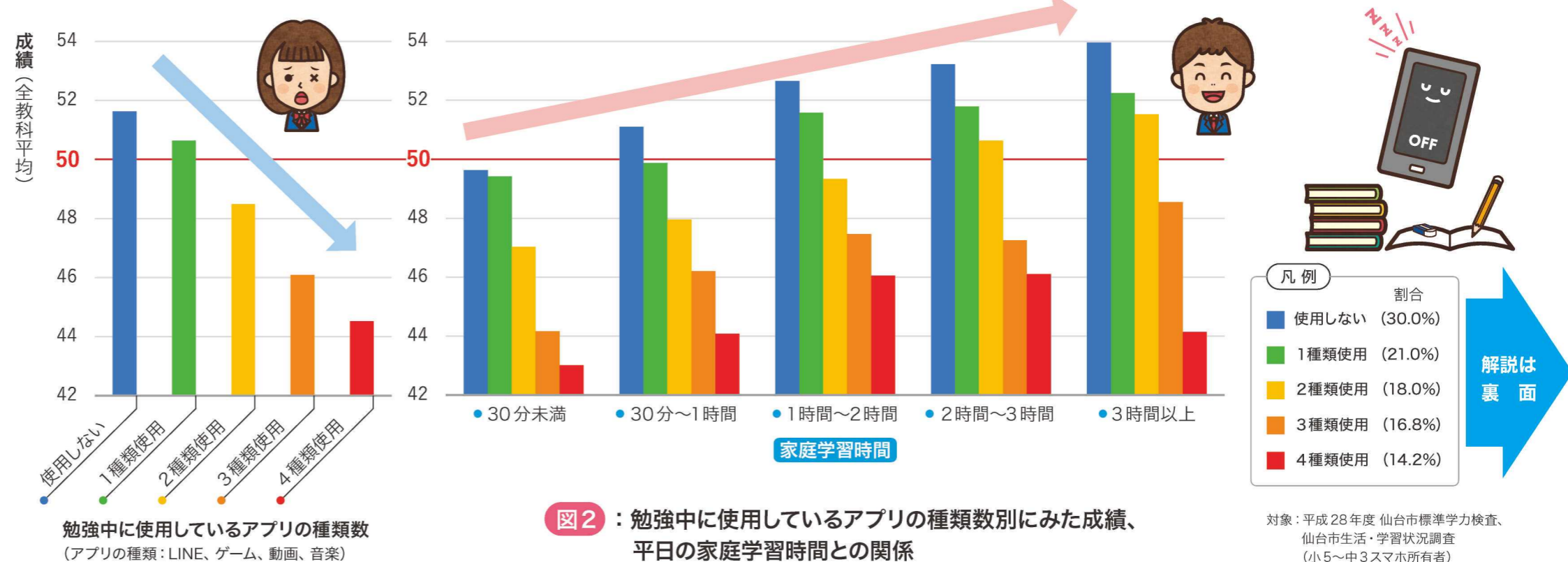


図2 : 勉強中に使用しているアプリの種類数別にみた成績、平日の家庭学習時間との関係

解説は裏面