

由宇中の学習だより

～やる気・内容・継続～

由宇中 研修部

R.1 9.6 ⑧

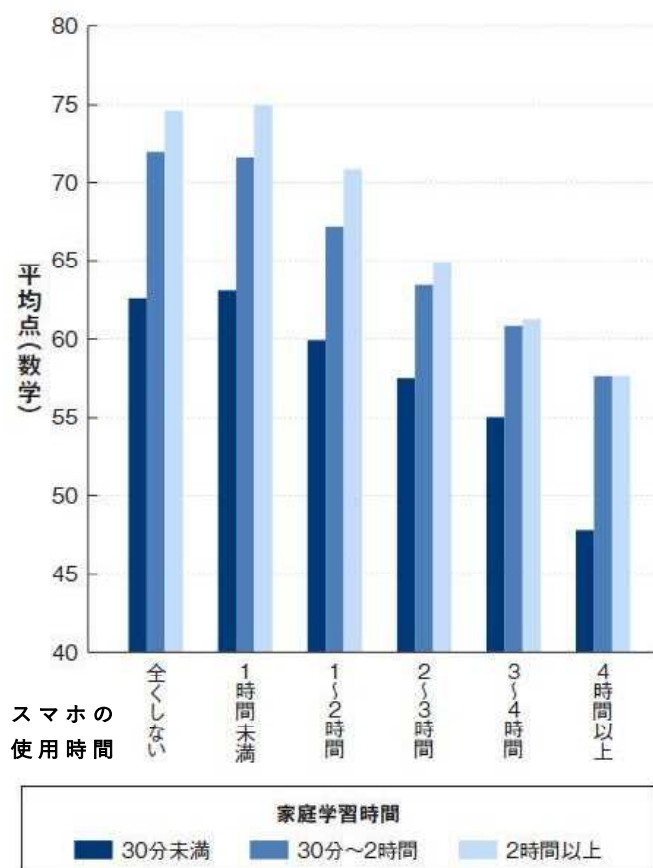
「スマホが学力を破壊する」これだけの根拠 ～3時間触ると2時間の勉強がムダに～

前号で、“ゲーム脳”について記述しましたが、今回もメディアに関する話をします。『スマホが学力を破壊する』（集英社新書）“東北大学加齢医学研究所教授 川島隆太著”という本に衝撃的なデータとその分析結果が載っていました。長い文章の説明で申し訳ないのですが、生徒も保護者の皆さんも最後まで読んでほしいと思います。

下は、東北大学が仙台市と連携して、中学校に通う生徒2万2390名の生活習慣と学習習慣のアンケート結果を解析したグラフです。縦軸は数学のテストの平均点です。横軸は、生徒たちが平日に携帯電話やスマートフォンをどのくらい使っているのかをアンケート調査し、全く使用しない群から、4時間以上使う群まで、6群に分けてそれぞれで平均点を計算したものです。

さらに、生徒たちを平日の自宅での勉強時間の長さごとに、毎日2時間以上勉強する群、30分から2時間勉強する群、ほとんど勉強しない30分未満の群の3群に分けて解析されました。

グラフ1-1 平日の携帯・スマホ使用時間（平成25年度）



さて、このグラフから何が読みとれますか。最初にわかることは、家庭学習時間が長いほど成績が良いという当たり前の事実。2時間以上家庭で勉強をする生徒の成績は、他の2群と比べて、明らかに優れています。

次いでわかるのは、自宅で勉強しようが、するまいが、携帯・スマホを使う時間が長い生徒たちの成績が悪いという事実。グラフでも右にいくほど、すなわち使用時間が長いほど、成績が低くなっています。

さらに細かく読み取っていくと、たとえ家で2時間以上勉強したとしても、携帯・スマホを3時間以上使ってしまうと、ほとんど家で勉強をしないけれども携帯・スマホを使わない生徒たちの方が、成績が良くなってしまふという事実。2時間以上も勉強をしたのに、その努力が全部無駄になってしまっているかのようです。

※ウラに続く



携帯・スマホの使用時間が長い子どもの学力が低いと聞くと、それは自宅で勉強しないで携帯・スマホを操作しているのだから低くて当たり前だと考えがちです。しかし、グラフから読みとれるように、自宅で勉強をしている生徒も、していない生徒も、等しく成績が低下しています。すなわち、家庭学習時間の減少が学力低下の直接の原因である可能性は低いと考えることができるのです。

深刻なのは、家でほとんど勉強をしない生徒たちのデータです。家で勉強をしない生徒たちは、当たりのことですが、学校でしか勉強していませんから、学校の授業を受けた時に作られた知識・記憶によって、テストの成績が決まります。

学校の授業を受けただけの状態で数学の試験を受けると、平成25年度の試験では平均で約62点の点数がとれています。それが、携帯・スマホの使用が0または30分未満の場合はほぼ同じ点数でしたが、携帯・スマホを1時間以上使うと、使った時間の長さに応じて成績が低下してしまうのです。4時間以上使うと使っていない時よりも15点も低くなっています。

2時間も自宅で勉強して、さらに知識を増やせたはずなのに、4時間以上携帯・スマホを使うと、家庭学習の分はおろか、学校で学んだことまで相殺されてしまっているのだとしたら、これは由々しき事態ではないでしょうか。

この結果から想定される最悪の仮説は、携帯・スマホを長時間使うことで、学校での学習に悪影響を与える何かが生徒の「脳」に生じたのではないかというものです。

可能性(1)は、学校の授業で脳の中に入ったはずの学習の記憶を定着させることができなかった。

可能性(2)は、基本的な学習能力が低下し、学校での学習がうまく成立しなかった。

どちらが正しいかはわかりませんが、ただ事ではないことは間違いありません。

この本には、数学の学習以外のデータも掲載されていますが、数学と同様に携帯・スマホの使用時間が長いほど成績が低くなる傾向が顕著でした。

これまでの内容をまとめてみます。

- ・ スマホの使用時間が1時間未満の場合は、スマホによる影響は見られない。
- ・ スマホの使用時間が1時間を超えると、使用時間が長くなるほど脳への影響が大きくなる。
- ・ スマホを4時間以上使用し、家庭学習を全くしない生徒の成績は最も低い。

・・・恐ろしいデータと分析結果です。「スマホで遊んでもいいじゃん。後でその分しっかり勉強すればいいじゃん！」って言っている君。そういう言い訳は自分の（脳の）ためにはならないってことが分かったと思います。今こそスマホの使用時間を真剣に考えるべき時ではないでしょうか。

参考文献 『スマホが学力を破壊する』（集英社新書）

“PRESIDENT Online『スマホが学力を破壊する』これだけの根拠”

