



Full Bloom

No. 9

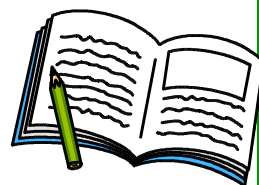
Full Bloom 「満開」

文武両道！ 部活動も勉強も!!

漢字書取大会 三年生全員合格！

先週の金曜日に【漢字書取大会】が実施されました。先々週、範囲表が配付されてから、家庭学習で練習していた生徒も多かったようです。月曜日からは、朝の時間を使って、テスト形式で練習し、合格点に達しなかった生徒は、昼休みに補充学習を行いました。毎日の学習の成果を発揮し、3年生は受験した生徒全員合格、うち満点が51人という快挙を達成しました。

「学問に王道なし（学問を修めるには安易な方法や近道はなく、地道な努力が不可欠である）」とされています。今回の取り組みを見ると、「繰り返し」こそ学問の王道なのだと気付かされます。計算大会・スパーリング大会や、定期テスト等での各教科の重要語句などは、繰り返し練習して、まずは確実に覚えることが大切です。基礎・基本をおろそかにせず、ていねいに学習することが、進路希望実現の近道です。



漢字書取大会満点賞

〔1組〕	阿部妃芽璃	氏家 琉人	大川 春希	大津 梨桜	大波穂乃果	小笠原歩夢
	小野 志龍	小野 芙珠	橘内 風花	齋藤 詩織	佐藤 由捺	白坂美咲希
	鈴木 郁美	鈴木 善真	唯野 柚月	芳賀 彩風	横山 惺侖	渡邊 溪翔
〔2組〕	秋葉 陽葵	伊東 蒼祐	栗原 美結	木幡 陽人	佐藤 悠真	鈴木 心結
	高橋 明良	高橋 空	高橋桃萌音	武田 にな	芳賀 礼智	日戸 咲希
	矢倉 悠希	吉田慎太郎				
〔3組〕	浅見 航	内堀結愛子	遠藤 颯人	大橋 明由	小手森 葵	神田ゆずね
	紺野 暖仁	穴戸明日真	庄子 心愛	鈴木 瑛大	鈴木 奈桜	瀬戸 康輔
	高橋 乙希	高橋 羽南	中村 陸人	平井 瑠夏	古溝 穂	八巻 里緒
	渡部 夢菜					

※ JIS 第2水準の漢字で氏名を表記しています。

〈学道徳〉 時間の使い方を見直そう

本年度最初の定期テストが近づいてきました。中体連総合大会もありますので、部活動と家庭学習の両立をしていかなければなりません。そうは言っても、具体的に何をどうすればよいのか、分からない生徒が多いものです。そこで、裏面の資料を見ながら、生活リズムを見直し、定期テストに向けて「私の得T E Nアップ宣言」を考える授業を行いました。さらに、その宣言を実現するために、一人一人が具体策も考えました。お子さんはどんな宣言をしたのか、どんなことを実行するのか、ぜひ聞いてみてください。

来週の予定

月 日 (曜)	1	2	3	4	5	6	行 事 等	給食	清掃	部活動
6 / 2 (月)	月2	月3	月4	月5	月6	月1	衣替え移行期間 朝食を見直そう週間	○	×	○
3 (火)	火1	火2	火3	火4	火5	火6		○	○	○
4 (水)	水1	水2	水3	水4	水5	水6	甲状腺検査	○	×	×
5 (木)	木1	木2	木3	木4	木6	木5	尿検査(1次)	○	○	○
6 (金)	金1	金2	金3	金4	金5		中体連選手壮行会・卒業アルバム写真撮影	○	×	○

スマホが学力を「破壊」する

2024/08/27

執筆：東北大学応用認知神経科学センター助教 榎 浩平
〔東洋経済 education × ICT 編集部〕

～成績不振は勉強不足や寝不足ではなかった～

「スマホを触ってばかりいると成績が下がる」——。その原因を、「スマホを使用している分だけ勉強や睡眠にあてる時間が短くなるから」だと考える人は多いだろう。しかし、東北大学加齢医学研究所が宮城県仙台市教育委員会と共同で行っている調査からは、ある驚くべき結果が得られたという。

スマホが学力を「破壊」している

東北大学加齢医学研究所は宮城県仙台市教育委員会と共同で、2010年度より毎年、約7万人の全仙台市立小中学生を対象とした大規模調査（「学習意欲」の科学研究に関するプロジェクト）を実施しています。調査の結果から、スマホが子どもたちの学力を「破壊」している、そんな恐ろしい現状が浮き彫りになってきました。

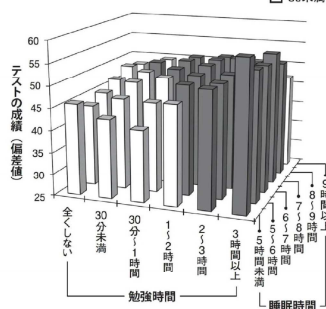
「スマホをたくさん使う子は勉強をしないから、あるいは寝不足だから、学力が低いのは当然だろう」。私たちも初めはそう考えていました。しかし、勉強と睡眠の影響を考慮した分析をした結果、驚くべき事実が明らかとなったのです。

右のグラフは、平日1日当たりのスマホ等の使用時間が「1時間未満」の子どもたちを対象とした、勉強・睡眠時間と成績の関係を表しています。縦軸が「テストの成績」、横軸が「勉強時間」、そして奥行きが「睡眠時間」の3次元グラフで示しています。標準学力検査の偏差値50以上（テストで平均点以上）を灰色、50未満を白色の棒で色分けしています。グラフの右奥側、つまりたくさん勉強をできてかつ、たくさん寝ている子どもたちほど、成績が高いことが読み取れます。

ここから、スマホ等の使用時間を1時間ずつ延ばしていきます。長時間スマホ等を使っても、勉強や睡眠の時間をしっかり確保していれば問題ないとしたら、グラフの形は変わらないはずですが。逆に、スマホ等の使用が学力へ直接的な影響を与えているとしたら、成績上位を示す灰色の棒の数が減っていくはずですが。それでは結果を見てみましょう。

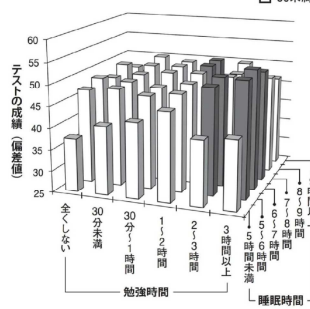
スマホ等の使用時間が長くなればなるほど、灰色の棒の数が明らかに減っていく様子が見てとれます。衝撃的なのは「3時間以上」の結果です。灰色の棒が1本も残りませんでした。

■ スマホ等の使用が1～2時間／勉強・睡眠時間と学力の関係
—4科目(国語、算数<数学>、理科、社会)の偏差値—
■ 50以上
□ 50未満



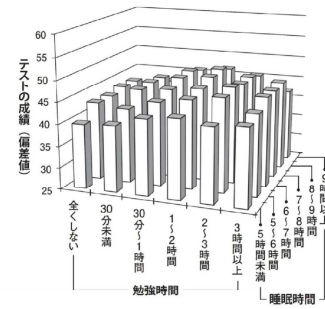
(注)2018年度小5～中3(40817人)のうち、平日のスマホ等使用時間が1～2時間のグループ(11044人、27.1%)
(出所)榎浩平(著)川島隆太(監修)『スマホはどこまで脳を壊すか』(朝日新聞出版)

■ スマホ等の使用が2～3時間／勉強・睡眠時間と学力の関係
—4科目(国語、算数<数学>、理科、社会)の偏差値—
■ 50以上
□ 50未満



(注)2018年度小5～中3(40817人)のうち、平日のスマホ等使用時間が2～3時間のグループ(6990人、16.9%)
(出所)榎浩平(著)川島隆太(監修)『スマホはどこまで脳を壊すか』(朝日新聞出版)

■ スマホ等の使用が3時間以上／勉強・睡眠時間と学力の関係
—4科目(国語、算数<数学>、理科、社会)の偏差値—
■ 50以上
□ 50未満



(注)2018年度小5～中3(40817人)のうち、平日のスマホ等使用時間が3時間以上のグループ(8463人、20.7%)
(出所)榎浩平(著)川島隆太(監修)『スマホはどこまで脳を壊すか』(朝日新聞出版)

この結果からわかることは、スマホ等を1日3時間以上使用している子どもたちは、どれだけ勉強を頑張って、きちんと寝ていたとしても、成績が下位に沈んでしまっているということです。

つまり、スマホをたくさん使う子どもたちは勉強をしないから、あるいは寝不足だから成績が低いというわけではなかったのです。この結果から、スマホ等の使用は子どもたちの学力に直接的な悪影響を与えている可能性が高まってきたのです。

私自身もスマホの使用時間が長くなることが多く、身につまされる記事でした。本文は、<https://l.smartnews.com/m-ms8i2/0x6a0r> からの引用です。『スマホはどこまで脳を壊すか』(朝日新聞出版)のほか、宮城県仙台市教育委員会のHPなどもご参照ください。