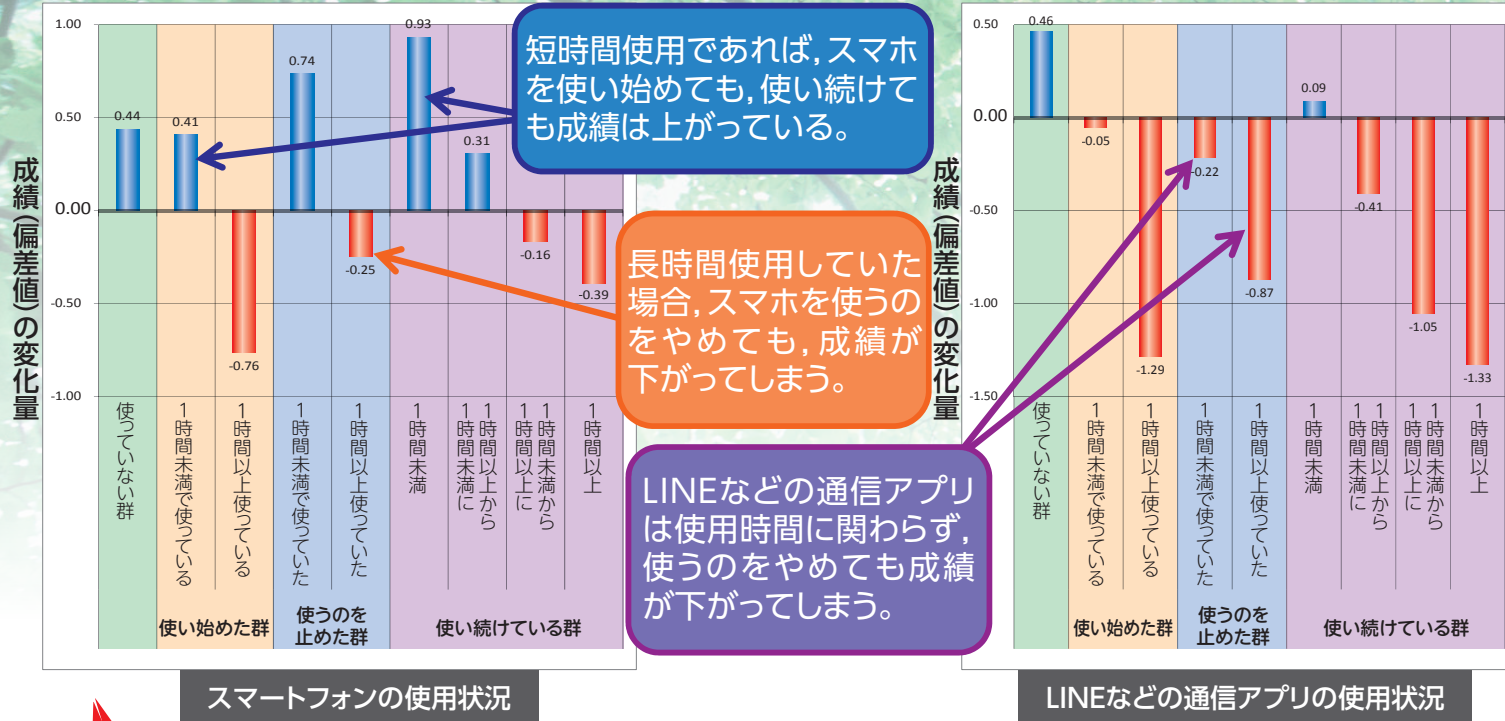


以前の調査から、「スマートフォンや携帯を長時間使用すると勉強していても成績が下がる」という結果が得られ、昨年は、新たにLINEなどの通信アプリの使用時間と成績との関連を調査したところ、同様に長時間使用による成績低下が認められました。

今年度は、これらの長時間使用が1年間でどれほど成績に影響を与えるのか、追跡調査を行いました。1時間以上スマートフォン、LINEなどの通信アプリを使う場合には「長時間」、1時間未満を「短時間」使用とし、**1年間使っていない群、使い始めた群、使うのを止めた群、使い続けている群**に分け、それぞれの群で成績が1年でどれだけ変化したかを分析しました。



自分を好きになること、自分に自信を持つことが学力向上への近道!

— 仙台市標準学力検査・仙台市学習状況調査における縦断的分析結果(2年間の経年分析*)から —

授業づくりの工夫

今の学習が、将来の可能性に結びつくことに気付かせること
自分の考えを表現する場を設けること

家庭でのコミュニケーション

家の人と一緒にしっかりと話を聞いてあげること
自分で計画を立てて勉強したり、学習の準備をしたりする働きかけを

スマートフォンとの付き合い方

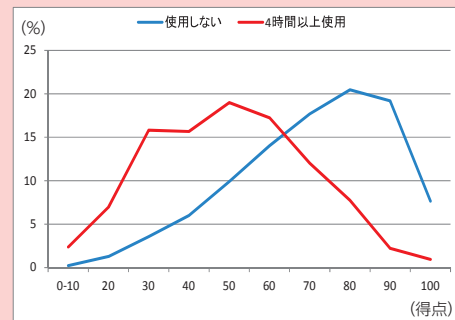
スマートフォンの使用時間は1日1時間以内にする
LINEなどの通信アプリを4時間以上やる人は成績が20点下がることも

注目!!

LINEなどの通信アプリやスマートフォンを1時間使用すると2~4点、点数が下がる!?

右のグラフは、H26年の通信アプリの使用時間で群にわけ、H27年の理科の得点の人数分布を割合で集計したものです。通信アプリを全く使用しない「青の群」は、得点のピークは71~80点で全体の約20%を占めていますが、このピークは使用時間が増えるにつれて左へとずれていき、4時間以上使用している群「赤の群」ではピークが51~60点と、約20点も差がつかました。つまり、1時間使用時間が延びるごとに、成績が約4点ずつ下がっていくのです。

ちなみに、スマートフォンで同様に分析すると1時間当たり、約2点ずつ成績が下がりました。このように、スマートフォンは1時間以内、LINEなどの通信アプリはできるだけ使用しないことが成績アップにつながる可能性があることが分かったのです。



発行元：学習意欲の科学的研究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所長) | 筒井 健一郎 (東北大学生命科学研究科准教授) |
| 杉浦 元亮 (東北大学加齢医学研究所准教授) | 横田 晋務 (東北大学加齢医学研究所助教) |
| 成田 忠雄 (仙台市立片平丁小学校長) | 山内 修 (仙台市立長町中学校長) |
| 吉田 広志 (仙台市教育委員会学校教育部長) | 吉田 秀夫 (仙台市教育委員会学校教育部参事) |
| 今野 孝一 (仙台市教育委員会教育センター所長) | 佐藤 淳一 (仙台市教育委員会学びの連携推進室長) |

事務局:

- | | |
|------------------------------|-------------------------------|
| 春日 文隆 (仙台市教育委員会学びの連携推進室主幹) | 小田 暁 (仙台市教育委員会学びの連携推進室主任指導主事) |
| 豊島 貴之 (仙台市教育委員会学びの連携推進室指導主事) | |

学習状況調査の目的

- ① 児童生徒の学習状況や生活習慣等について、全市的な規模で客観的な分析・把握を行う
- ② 各学校が、自校の成果と課題を分析・把握し、指導の工夫・改善を図る
- ③ 調査結果を、個に応じたきめ細かな指導の充実に生かす

調査内容(質問紙調査)

- 学校生活 ○授業 ○学習意欲 ○家庭生活 ○自由時間 ○家庭学習等
○社会・地域とのかかわり ○道徳心・挑戦・夢 ○自分づくり

参加状況等

- ① 実施校数: 全市立小学校123校 全市立中学校63校 中等教育学校1校
- ② 実施日: 平成27年4月13日(月)~17日(金)
- ③ 有効回答数

学年	有効回答数	学年	有効回答数
小5	8,378人	小6	8,844人
中1	8,544人	中2	8,495人
中3	8,622人		

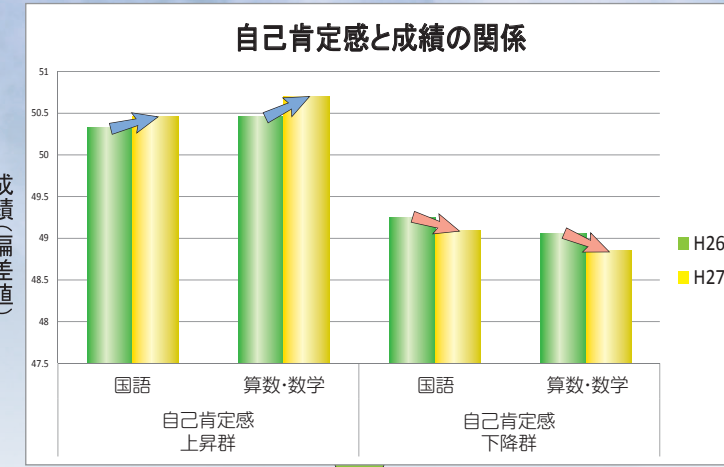
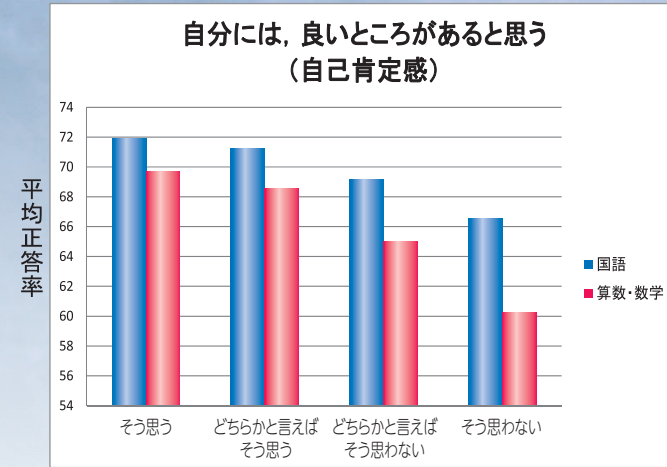
*平成26,27年度の2か年の仙台市標準学力検査および仙台市生活・学習状況調査について、データから氏名等を除き、個人が特定されない形で結果の経年分析を実施した。

自己肯定感は学力、家族とのコミュニケーションに相関しています

自己肯定感が高めることができます!

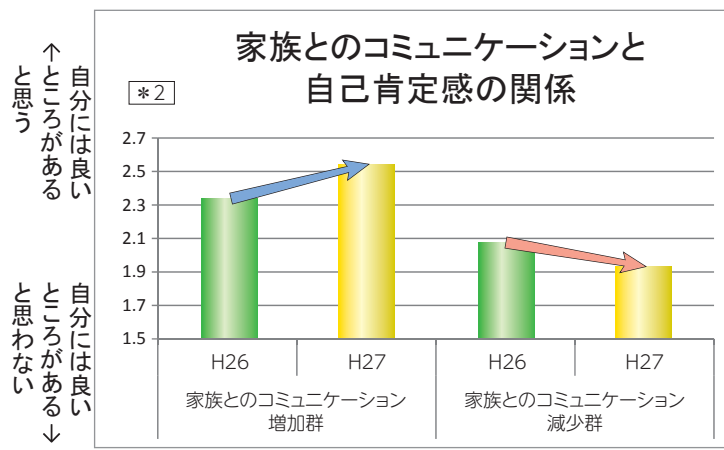
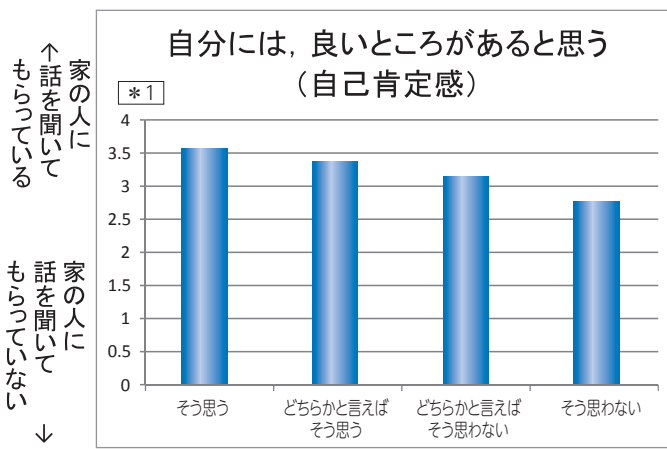
左側のグラフは、自己肯定感の高さにより、正答率や家族とのコミュニケーションに違いがあるか調べたもので、右側のグラフは、この一年間で「自己肯定感が上がった者(上昇群)」、低くなった者(下降群)と仙台市標準学力検査との関係や「家族とのコミュニケーションの増減による自己肯定感の変化」について調べたものです。
自己肯定感の上昇群は学力も上昇しており、自己肯定感の下降群は学力も下降したことが分かりました。この傾向は全教科を通してみられ、家庭での学習時間の長さや小学生や中学生という学年の影響を取り除いてもみられることが明らかとなりました。

「家族とのコミュニケーション」のように、自己肯定感と相関を示した生活・学習状況調査における質問項目は、36ありました。その中から学校生活、家庭と関連のあるものをリストアップしてみました。これらは直接、子どもたちの自己肯定感を高めるための具体的な方策のヒントとなります。



自己肯定感と学力の間には相関がある

自己肯定感が高まると学力も高まる



自己肯定感と家族とのコミュニケーションは相関がある

家族とのコミュニケーションが良好であると、自己肯定感が高まる

家の人に昨年度以上に話を聞いてもらったという者(家族とのコミュニケーション増加群)は、自己肯定感がさらに高くなりました。子どもにとって重要な他者(家族など)に認められることで、自分に自信が持てるようになったと考えられます。

*1 質問項目「家の人に、話をしっかり聞いてもらっている」に対し、「聞いてもらっている」を4、「聞いてもらっていない」を1として、平均を算出。
*2 質問項目「自分には良いところがあると思う」に対し、「そう思う」を4、「そう思わない」を1として、平均を算出。

自己肯定感を高めるために『学校』にできること

- 難しいことでも、失敗をおそれないでチャレンジしている**
 - 異なる意見を受け入れ、共に学び合う雰囲気や学級の中につくりましょう。児童生徒の積極的な取組を、教師が率先して応援していきましょう。
- 将来の可能性を広げるために勉強をがんばっている**
 - 今、学校で勉強していることが普段の生活に結びついていることや、将来、様々な場面で役に立つことに気付かせていきましょう。
- 学校の授業などで、自分の考えを文章に書いたり、説明したりするのは好きな方だ**
 - 自分の考えを書いたり、説明したりする場面では、それぞれの考えの良いところや、互いの考えを知ることの大切さにも気付かせていきましょう。

自己肯定感を高めるために『家庭』にできること

- 自分で計画を立てて、家で勉強している**
 - 主体的に家庭学習に取り組めるように、一人一人の課題に気付かせ、解決するための学習方法について、助言するとともに、自主学習ノートを準備させたり、家庭学習カードを作成したりして意欲の喚起を図っていきましょう。
- 学校に持って行くものを、前日か、その日の朝に確かめている**
 - 忘れ物が多いことは自己肯定感にも影響があるようです。家庭からの協力を得ながら、学習の準備を自分で確実にできるように声掛けしていきましょう。
- 朝食は、主食(ごはんやパン)の他に、おかずを食べている**
 - バランスのとれた食事は、学力の伸長とともに自己肯定感も高めます。朝食は白飯を主食として、タンパク質(肉・魚・豆類)とビタミン・ミネラル(野菜・果物類)の豊富なおかずが良いことを伝えていきましょう。

(参考) 自己肯定感に関わる要因

前年度までの調査も含め、子どもの自己肯定感の向上に関わる要因について分析すると、自己肯定感が高いほど将来の夢のために勉強しようという動機付けが高く、また、児童生徒が主体的に学ぶ授業づくりや家族とのコミュニケーションは自己肯定感に影響を与えることが明らかになりました。授業づくりは、達成感を得られるような機会を与えたり、知的好奇心を高めるような手立てを講じることが自己肯定感を高める上で重要であると考えられます。

