

～輝きの子育て～

読書・スマホと学力

雑誌「致知」9月号に「読書習慣が学力を決める」という対談が載っていました。

東北大学加齢医学研究所長、川島隆太教授と「母と子の美しい言葉教育」推進協会会長、土屋秀宇氏の対談です。特に川島教授は、仙台市の公立小中学校に通う7万人強の学力データを10年近く追跡調査した実証的な話をしておられますので、川島教授の話を紹介したいと思います。

● 読書習慣と学力

読書習慣の有無で学力に大きな差がついてしまう。脳は新しいことや難しいことをすると、よく働くというのがこれまでの通年であったが、脳は文章を読むときに、見たこともないくらい活発に働いていることが分かった。読書習慣を持っている子は、脳の発達がとても良い。実際どれくらい学力に差があるか。

読書を全くしない子が平均点を越えるには、家で毎日2時間勉強して、かつ睡眠を6時間から8時間キチンととらなければならない。

一方、読書を毎日する子たちは、家での勉強時間が1時間もあれば十分で、あとは、ちゃんと睡眠さえ取っていれば平均点を軽く超える。

さらに、毎日1時間以上、読書する子たちは宿題さえ、ちゃんとしていけば、あとは適切な睡眠時間が確保されると楽々平均点を超える。それくらい激烈な学力の差が生まれることがわかった。

脳科学的に見て、読書を通じて語彙を蓄えることが大事である。創造性は語彙を格納する部位と言葉を扱う部位が一番よく働いている。新しいものを創造する高次な活動も、すべてその人の語彙がもとになっている。

● スマホやタブレットの使用時間と学力

スマホやタブレットの利用時間が長い子ども200人の脳の発達をMRI(磁気共鳴画像)を使って3年間調査した結果、利用頻度の少ない子は、ちゃんと脳は3年分発達していたのに、利用頻度の高い子は脳の発達が止まっていた。言葉を司る前頭葉と側頭葉の発達が右脳も左脳も止まってしまって、白質という情報伝達の役割を果たす部分も、大脳全体に亘って発達が止まっていた。

スマホやタブレットの利用が1日1時間未満、もしくは使わない子は特に影響がないが、それが1時間以上になると利用時間に依って学力に対するネガティブな影響が大きくなる。

脳発達が阻害されると、いくら勉強しても睡眠をとっても成績が上がらない。すべての能力が、上手く発現できない状態に陥ってしまう。読書の効果と全く反対である。

川島教授には、音読ドリル、漢字ドリル、脳の育て方等、大人用から子供用まで多数の著書があります。是非、チャレンジしてみてください。

因みに、私も「脳を鍛える大人の音読ドリル」を秘かにやっています。効果があると信じて。

片野 英司

