



「ながら勉強」の効果について考え、みんなに発信する

背景: ながら勉強は一般的には勉強の効率が悪くなるといわれているが実際には勉強にどんな影響を与えるのか疑問に思った

Why: 勉強のときにながら勉強をするメリット、デメリットを知ることによって最も効率の良い勉強法を知る

SDGsとの関連

IV “質の高い教育をみんなに”

プロジェクトの目的

学年全体の勉強法を見直し最も効率の良い勉強法をみんなに伝える

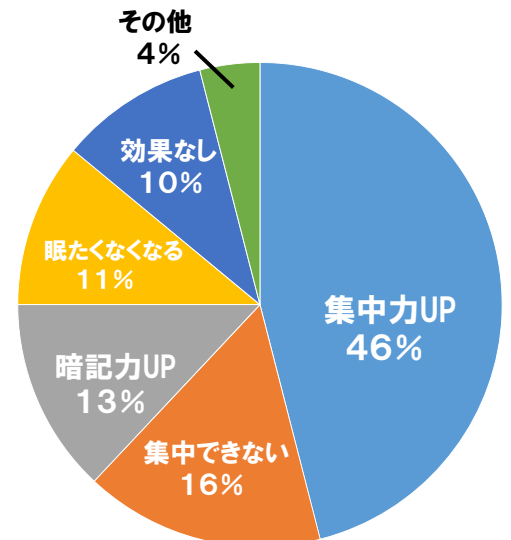
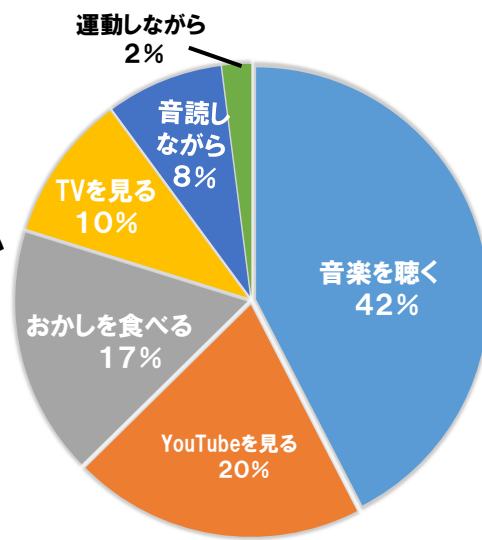
プロジェクトの実施内容

- ・ 2年生に勉強法についてのアンケート
- ・ アンケート回収、分析
- ・ 自分たちで実施

アンケート結果 (複数回答)

① 勉強をするとき「ながら勉強」をするか

はい… 74%
 いいえ… 24%
 たまに… 2%



実験結果

	YouTubeを見る	歌詞あり音楽	歌詞なし音楽	お菓子を食べる
集中力	×	×	○	○
理解度	×	×	○	○
眠気	×	×	○	×
影響	悪影響	悪影響	好影響	好影響

考察



- 音楽は歌詞ありではなく歌詞なしのほうがよい
- ながら勉強は使い方によっては効率を下げちゃう
- 自分に合った勉強の仕方を見つけるべき

今後の課題

- ・ ながら勉強のメリット、デメリットを見つける
- ・ データを基により良い勉強法を考える
- ・ ながら勉強と最も良い勉強法の相違点を見つける

プロジェクトの成果

- ながら勉強の種類によって効果が変わる
- 自分に合ったながら勉強を見つけるべき

参考文献

林 尚弘 (2020), 「“ながら勉強”は効率が良い? メリット、デメリットを解説」

<<https://www.takeda.tv/column/post-148410/>> 2020年1月22日閲覧