

Οι οθόνες σκοτώνουν τους βαθμούς

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Οι οθόνες σκοτώνουν τους βαθμούς. Το επίπεδο σωματικής σωματικής άσκησης δεν φαίνεται να επηρεάζει θετικά τη σχολική επίδοση.

Νέα βρετανική επιστημονική έρευνα μας ενημερώνει πως κάθε πρόσθετη ώρα που ένας έφηβος περνάει στο σπίτι του μπροστά σε μια οθόνη (τηλεόρασης, υπολογιστή, παιχνιδιοκονσόλας, κινητού), τόσο μειώνονται οι βαθμολογικές επιδόσεις του στο σχολείο. Από όλες τις οθόνες, η πιο επιζήμια για τους βαθμούς βρέθηκε να είναι αυτή της τηλεόρασης.

Οι ερευνητές του Πανεπιστημίου του Κέμπριτζ, με επικεφαλής την επιδημιολόγο δρα Κίρστεν Κόρντερ, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο διεθνές περιοδικό "International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity", επιβεβαίωσαν επίσης το μάλλον αυτονόητο: όσοι μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης διαβάζουν περισσότερες ώρες τα μαθήματά τους στο σπίτι τους, έχουν σημαντικά καλύτερους βαθμούς σε σχέση με τους συμμαθητές τους.

Η έρευνα ανέλυσε στοιχεία για 845 μαθητές 14 έως 16 ετών και βρήκε ότι -στη Βρετανία τουλάχιστον- ένας έφηβος περνά κατά μέσο όρο τέσσερις ώρες περίπου μπροστά σε μια οθόνη στον εξωσχολικό χρόνο του. Ακόμη και όταν ένας μαθητής διαβάζει πολύ τα μαθήματά του στο σπίτι του, αν τον υπόλοιπο χρόνο είναι

«κολλημένος» στο Ίντερνετ ή στην τηλεόραση, πάλι έχει σχετικά χειρότερους βαθμούς σε σχέση με όσους μαθητές δεν αφιερώνουν τόσο χρόνο μπροστά σε μια οθόνη.

Από την άλλη, το επίπεδο σωματικής σωματικής άσκησης δεν φαίνεται να επηρεάζει θετικά τη σχολική επίδοση, πράγμα που πάντως έρχεται σε αντίθεση με μια άλλη πρόσφατη μελέτη, σύμφωνα με την οποία η γυμναστική και γενικά ή άσκηση έχει θετική επίδραση όχι μόνο στην υγεία, αλλά και στους βαθμούς. Σε κάθε περίπτωση, και οι δύο μελέτες - η παλαιότερη και η νέα- συμφωνούν ότι η σωματική άσκηση δεν κάνει κακό στις επιδόσεις του παιδιού στο σχολείο.

Οι ερευνητές δήλωσαν ότι τα ευρήματά τους θα πρέπει να επιβεβαιωθούν από άλλη μεγαλύτερη μελέτη, αλλά πάντως συνέστησαν στους γονείς να περιορίσουν, όσο μπορούν, τις ώρες που τα παιδιά τους περνάνε μπροστά σε μια οθόνη - πράγμα καθόλου εύκολο, όπως γνωρίζουν όσοι έχουν παιδιά...

Πηγή: .skai.gr