



【学校教育目標】

生気に満ちた姿勢で  
物事にあたり  
互いに励まし高め合う生徒

令和8年8月31日(月)

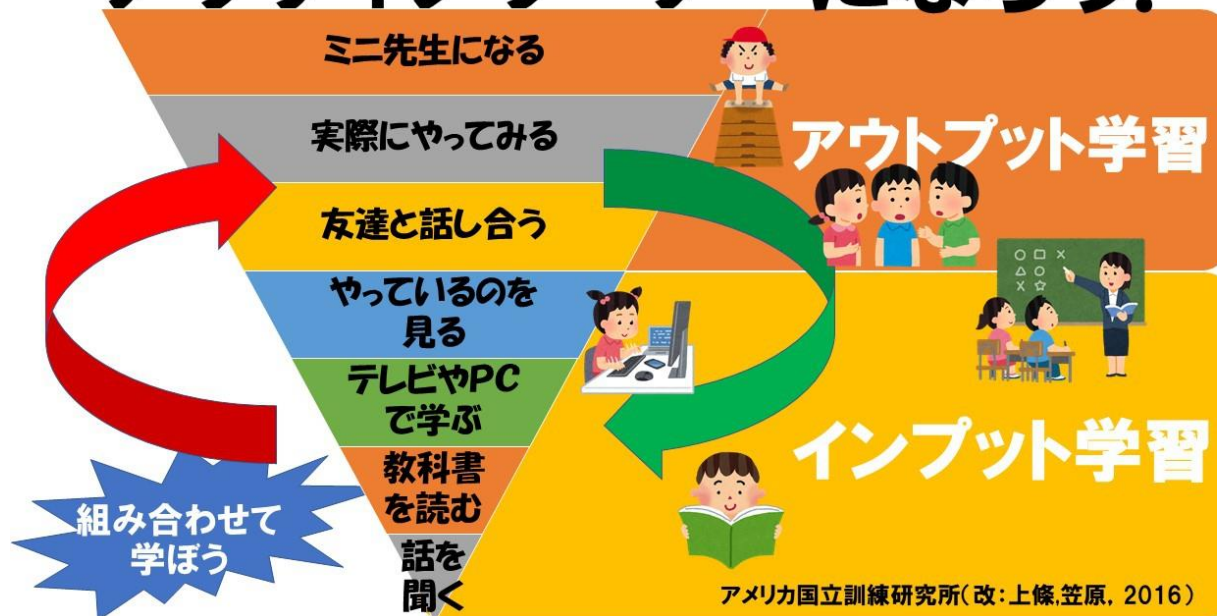
発行者:校長 和田秀治

## アクティブ・ラーナーになろう ～3：7の学び～

芽室町立上美生中学校 校長 和田秀治

30日間の夏休みが終わり、2学期が始まりました。夕方から夜にかけて、鈴虫の声が鳴り響き、夏の終わりを感じさせる季節になってきました。2学期は学年・学校行事がたくさん控えています。1学期で学んだことを生かしながら、ますます授業や部活動などに磨きがかかる学期になります。

## アクティブラーナーになろう!



芽室町では、「芽室町 PLUS 教育プロジェクト」の軸の一つである「**3：7の学び**」(インプットが3割以内、アウトプットが7割以上)を土台にした授業づくりを推進しており、本校でも取り組んでいます。

**アクティブ・ラーナー**とは、単に知識を受け取る受け身的な学習者ではなく、自ら課題を発見し、解決に向けて主体的に行動する学習者のことです。そして、生涯にわたって学び続ける姿勢を持ち、未知の課題に挑戦できる力を育むことをねらいとしています。

授業では、一単位50分の中で、または単元の中で、「知識・技能」を習得する場面と、これらを生かして課題を解決したり探究したりする場面を取り入れています。上美生中の校内研修も「自己決定」をテーマに「**自分の学びをデザインしていく力**」をつける学びに取り組んでいます。2学期は、探究・提案・発信のある授業づくりを、より一層進めていくとともに、確かな学力をつけていきます。



| 日     | 行事予定                          | 日     | 行事予定          |
|-------|-------------------------------|-------|---------------|
| 1(火)  | 先手あいさつ運動<br>生徒会役員選挙           | 16(水) |               |
| 2(水)  | 期末テスト1日目                      | 17(木) | 文化祭特別日課開始     |
| 3(木)  | 期末テスト2日目                      | 18(金) | 町意見発表・英語暗唱大会  |
| 4(金)  | 認証式・後期生徒会活動日                  | 19(土) | 山村協乗馬体験       |
| 5(土)  |                               | 20(日) |               |
| 6(日)  |                               | 21(月) | 敬老の日          |
| 7(月)  | 芽室町芸術鑑賞(中学校)<br>やまなみ交流日       | 22(火) | 国民の休日         |
| 8(火)  | 校内意見表会 職員会議                   | 23(水) | 秋分の日          |
| 9(水)  |                               | 24(木) |               |
| 10(木) | 3年学力テスト総合A<br>前・後期生徒総会        | 25(金) | 第2回英検         |
| 11(金) | 芽室町教育研究大会(芽室西中)<br>めむろまると給食   | 26(土) |               |
| 12(土) | 十勝秋季テニス大会(個)                  | 27(日) |               |
| 13(日) |                               | 28(月) | スクールカウンセラー来校日 |
| 14(月) | 合同音楽授業(清川中)                   | 29(火) |               |
| 15(火) | 全校集会 1年生食農体験<br>スクールカウンセラー来校日 | 30(水) |               |

### 芽室町教育研究大会

9月11日(金)、芽室町教育研究大会が芽室西中学校で行われます。3時間授業となり、給食終了後、下校となります。下校時間12:25、下校バスは12:35となります。よろしくお願いします。

### めむろまると給食

9月11日(金)の給食は「めむろまると給食」になります。芽室町の食材を活用したメニューとなります。



### 上美生中学校文化祭

10月3日(土)、大きな学校行事である文化祭が開催されます。現在、学級で役割分担や演目について学級討議が行われ、9月17日(木)からの文化祭特別日課に向けて準備をしています。詳細は後日ご案内します。

## ★活躍する上美生中学生★

(敬称略)

《北海道知事杯・北海道新聞社杯・北海道民謡連盟杯全道民謡決勝大会》8／2

少年少女の部 山本 昂 **優勝・北海道知事賞**

《第56回北海道中学校卓球大会》8／5～7

【男子個人戦】

1回戦 北密 3－0 大西（興部中・オホーツク）

2回戦 北密 3－2 竹花（鳥取中・釧路）

3回戦 北密 1－3 永原（陵北中・札幌）

《全十勝卓球選手権大会》7／20

一般の部 北密 穂高 **ベスト16 全道大会出場権獲得**

《全十勝選手権（カデット）大会》7／28

14歳以下男子の部 シングルの部 北密穂高 **優勝 全道大会出場権獲得**

男子ダブルスの部 北密穂高・吉根正輝（帯一） **優勝 全道大会出場権獲得**

《全十勝秋季野球大会》8／22，23

1回戦 芽室・上美生・芽室西 12－3 新得・清水・鹿追・瓜幕中 （5回コールド）

2回戦 芽室・上美生・芽室西 1－6 更別・中札内拠点校

※《北海道U15バスケットボール選手権帯広地区大会》8／29と

《全十勝中学校秋季ソフトテニス大会 予選会》8／29の結果につきましては、  
9月号に掲載します。



## インプット学習とアウトプット学習、その効果～巻頭言の続き～

### インプット学習とは

教科書を読む、講義（話し）を聞く、動画を視聴するなど、新しい情報や知識を頭に取り込む活動を指します。これは学習の基礎であり、知らない知識は使えないため必ず必要です。しかし、インプットだけでは「わかったつもり」になりやすく、実際に問題を解く力や応用力には直結しづらいと言われています。

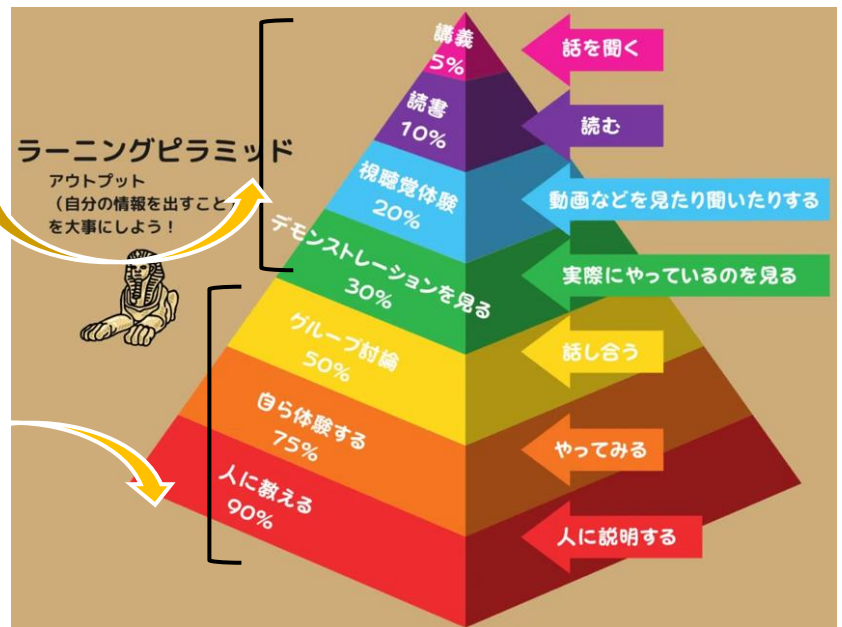
インプット学習のみだと、定着率は  
おおよそ30%にとどまります。

### アウトプット学習とは

学んだ内容を問題として解く、文章にまとめる、他人に説明するなど、知識を引き出して活用する活動です。

心理学的には、記憶は「呼び出す回数」によって強化されるため、アウトプットを行うことで長期記憶に定着しやすくなります。これを「テスト効果（Testing Effect）」や「検索練習（Retrieval Practice）」と呼びます。

インプットとアウトプット（7割以上）を組み合わせることで、定着率が大幅にアップします。



### インプットとアウトプットの深い関係

インプットとアウトプットはお互いに補う合う関係にあります。インプットで得た知識をアウトプットすることで理解が深まり、逆にアウトプットを通じて自分の理解不足や弱点を把握できるため、次のインプットの質も向上します。学習効率を高めるためには、インプット3割、アウトプット7割の比率が効果的とされることもあります。

### 学習効果を高めるために

インプットは、情報を受け取りながら、価値ある生きた知識として整理・理解することが重要です

アウトプットは、自分の言葉や行動で知識を表現することで、記憶の定着と応用力の向上につながります。定期的にテスト形式のように思い出す練習を行うと、長期記憶に残りやすくなります。ノートや白紙に思い出したことを書き、忘れていたことなどをノートや教科書を見て書き加え、これを繰り返します。

このように、インプットで知識を取り込み、アウトプットで活用・定着させることが、効率的な学習の基本である、と最近の研究結果でも出ていますので、ぜひ、活用していきましょう。