

学校だより 青葉つうしん

札幌市立青葉中学校
令和3年12月24日(金)発行
第9号

<https://www.aoba-j.sapporo-c.ed.jp/>



「脳が、忘れないようにするために…」

校長 小林 直人

先日、東京大学・池谷裕二先生の講演を聞く機会がありました。池谷先生は脳に関する研究を長年行っており、今回は「学習、成長～未来の脳を考える」というテーマの講演でした。中学生の皆さんにとって、各教科の授業で学ぶ様々な「知識や技能」を理解し、いつでも活用できるようにするため覚える(定着させる)ことが大切ですが、うまくいかなくて悩むことも多いかと思います。そんな皆さんにとって役立つ情報がたくさんありましたので、参考のため、池谷先生の話の内容を紹介いたします。

【ポイント】

- 脳は「覚える」ことより「忘れる」ことが得意(覚えたことの半分は4時間で忘れる)
- 記憶のカギは「インプット(入力)」より「アウトプット(出力)」(読むだけではなく、問題を解くなど「思い出す訓練」を重視せよ)
- 脳は、入力と同時に整理することはできない(脳は睡眠中に整理を行う ～「寝るのも勉強」)

脳は「今わかることはいつでも思い出せると勘違いする」そうです。例えば、「ノートに線を引く」「まとめを見直す(読むだけ)」という方法は「インプット」型の勉強で、理解を深める効果は期待できないとのこと。大切なのは、問題を解くなど「思い出す訓練」を行うことだそうです。また、「最小限の努力で最大の効果を…」といった考えは学習には良くない。学習には困難が望ましく、学習はつらい方が深く定着しやすい”そうです。脳は入力よりどれだけ出力したかを重視するので、思い出す訓練を行うと「この情報、こんなに使う機会があるのか。だったら覚えておこう!と脳は考える」とのことです。皆さんは毎日、学校で5時間以上の授業を受けています。その学習した内容を、しっかりと自分の中に定着できるかどうかは、どれだけ「思い出す訓練」(インプットよりアウトプットを重視)をするかで大きく変わります。また、適度な睡眠は記憶の整理に必要不可欠なので、特に受験生の皆さんは、睡眠時間の確保にも気をつけてほしいと思います。

話は変わりますが、アメリカのある研究機関が行った研究で、「学習内容の半年後の定着率」を調べた結果、「講義」を聞く場合は約5%だったのに対し、「グループ討論」を行う場合は約50%、「他の人に教える」場合は約90%に上がったそうです。人に教えるためには、自分の理解をしっかりと整理していないと相手に説明できないので、思考がより深まるということです。冬休みは、自分の勉強した内容をご家族の誰かに説明してあげるといいかもしれませんね。可能なら、ぜひ、やってみてください…

～ 2学期終業式の話より ～

2学期の振り返りと冬休み・3学期への抱負

1年2組 中田 瑛斗

今日で2学期が終わります。今振り返れば、2学期は色々な行事があったことを思い出します。特に心に残った行事は、野外学習と学校祭です。1年生は野外学習で円山動物園に行きました。僕も家族で何回か行ったことはありましたが、久しぶりという事もあり、とても勉強になりました。また、これを機に仲良くなれた人もいたので、とても有意義に過ごせたと思います。学校祭では装飾部門長をしました。最初は不安だったけれど、みんなが支えてくれたおかげで、とてもスムーズに物事を進められました。当日は、他学年の装飾を見たり、VTRを見たりして、とても楽しめました。冬休みは、スキーをしたり、雪で遊んだりして、季節に親しみながら過ごしたいです。また、親戚に久しぶりに会いに行けるのでとても楽しみです。3学期は学年末テストがあるので、早めに効率よく勉強しておきたいです。更にあと3ヶ月経つと2年生になります。今から心の準備をして、気持ちよく2年生を迎えられるようにしたいです。

2年2組 鈴木 綾

私はこの2学期に学校祭のリーダー、環境委員会の委員長を務めました。その中で、私は人の話を聞く場面が多くあり、一つの物事を多くの人達と創り上げるためにはたくさんの人の意見を取り入れることが大切だと感じました。そして、先生方、仲間の意見をたくさん聞き、よりよいものを創ろうと努力しました。しかし、物事をわかりやすく説明する力については今一歩で、自分の課題と感じました。今後、直していきたいと思います。私はこの2学期は自分が成長した点、課題のどちらも見直す機会がありました。成長した部分はどんどん伸ばし、課題は冬休み中、3学期を通して少しずつ直せるように努めていきたいと思っています。

3年2組 山森碧人

今学期、私の頑張ったことは2つあります。一つ目は学力テストや定期テストに向けての勉強です。中学3年生の2学期に入って勉強量が格段に増え、一日一日の勉強ではその日の復習や重要単語の確認が大変でした。二つ目は修学旅行です。仲間との「協力」や周りに迷惑をかけない責任感など、一人一人が意識して行動に移すことができました。盛岡や青森での自主研修では時間厳守で行動できました。ホテルでの学年レクでは全力で楽しむことが出来ました。3日間を通して最高の思い出になりました。3学期は、今学期の思い出を活かして勉強を頑張り、一つ一つの授業を大切に、完璧な状態で受験に臨みたいです。そのために、冬休みは今までの倍以上の勉強を心がけ、自分の苦手なところを研究し、その部分を完璧にできるようにしたいです。また、生活面では、早寝早起きを習慣にして時間を無駄にしないよう行動したいです。卒業式に向けて3年生としての自覚を持ち、冬休み最大限の努力をして、受験で後悔のないようにしたいです。そして、卒業までの4ヶ月、一日一日、仲間と過ごす時間を大切に過ごしたいです。

3学年合唱交流会

12月10日

♪3年1組
「海の匂い」
スローガン
『勝破笑飛線』
指揮 指方虹希
伴奏 後藤美菜



パートリーダー・サブリーダー

ソプラノ 山崎和香・小野紗奈 アルト 倉田桃花・後藤美菜
テナー 角田隼大・指方虹希 バス 沖田 悠・坂野颯太

♪3年2組



『OH MY SOLDIER』
スローガン
『SOLDIER』
指揮 小刀禰修也
伴奏 下川原千代

パートリーダー・サブリーダー

ソプラノ 加藤夢菜・佐藤祐月 アルト 今野 綸・唐原咲来
テナー 照井大地・齋藤 凜 バス 西田悠人・三上大翔
♪学年合唱 「フィンランディア」 指揮 指方虹希

修学旅行で深めた絆を感じる合唱でした。先輩から受け継いだ青葉の伝統を後輩に伝えるため、一生懸命に練習を重ね、体育館一杯に響かせました。

1学年合唱交流会

12月17日

♪1年1組「空～ぼくらの第2章～」

スローガン
『火樹銀歌』
指揮 伊藤蓮斗
伴奏 新田梨乃

パートリーダー・サブリーダー ソプラノ 向井紗那・阿部葉奈
アルト 中村優和・菊地七碧 テナー 表 悠介・大東愛和

♪1年2組「僕らの奇跡」

スローガン
『We are singer』
指揮 谷内佑輔
伴奏 田部緋彩

パートリーダー・サブリーダー
ソプラノ 朴木瑠菜・田部緋彩 アルト 前橋果蓮・山越孔輔
テナー 谷内佑輔・村岡翔汰

♪1年3組「MY OWN ROAD」

スローガン
『輝け!僕らの大合唱』
指揮 指方七祈
伴奏 関結衣菜

パートリーダー・サブリーダー ソプラノ 都築夢乃・瀧林 陽
アルト 井上 花・牧野 杏 テナー 羽根田侑季・嶋田敢介

♪5組 「ふるさと」

スローガン
『心に響け!』
5組のハーモニー』
指揮 山口雄先生
伴奏 佐藤真弓先生

♪学年合唱 「Let's search for tomorrow」
指揮 伊藤蓮斗 伴奏 前橋果蓮

初めての合唱でした。聴きにきた3年生の熱い眼差しの中、どのクラスも集中して演奏することができました。

1月の行事予定

- 14 (金) 始業式、各種表彰、3年学年末テスト①、1・2年学力コンクール、部活動休養日
 - 17 (月) スキー時間割開始、3年学年末テスト②
 - 20 (木) スキー学習(2年)
 - 21 (金) 昼清掃、完全下校、職員会議
 - 25 (火) スキー学習(1年)
 - 28 (金) 昼清掃、完全下校
- 特別支援学校高等部入学選考日

表彰関係

◇席書大会

秀作 下川原千代(3-2)

佳作 阿部葉奈(1-1)・神田優衣(1-1)
井上花(1-3)・瀧林陽(1-3)・中山碧(1-3)
佐藤蓮太郎(2-2)・佐藤花南(3-1)・井上陸(3-2)

◇令和3年度交通安全標語コンクール

優秀賞 佐藤あかり(3-2) 佳作 小林暖奈(3-1)

◇厚別区PTA連合会親子ふれあい事業

～親子水族館探検～ 佳作 篠島桜良

～サイエンス厚別～ サイエンス厚別賞 遠藤夏実(1-2)

佳作 坂田怜奈(1-5) 阿部蒼空奈(1-1)

福留悠翔(2-5)

部活動の結果

男子バスケット部 12月4、5日 厚別北中学校

◆1年生大会 全市大会 3位
1回戦 青葉 67 - 52 白石
準々決勝 青葉 89 - 37 明園
準決勝 青葉 57 - 61 羊丘

バドミントン部 12月4日 上野幌中学校

◇札幌地区中学生バドミントン団体戦大会

【男子】グレードⅢ(1年生)1回戦敗退

グレードⅡA(2年生)1回戦敗退、グレードⅡB(2年生)1回戦敗退

【女子】グレードⅢ(1年生)2回戦敗退、グレードⅡ(2年生)1回戦敗退

【年末の部活動と冬季休校日について】

本校では、新型コロナウイルス感染症に関する年末年始対応に鑑みて部活動最終日を本日(24日)といたしました。また、札幌市教育委員会による全国的な課題となっている教職員の長時間勤務等への対応策として、冬休み期間中において、「冬季休校日」の取組を実施いたします。本校では、年末年始の休日と連続して、1月4日(火)5日(水)を休校日とさせていただきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。なお、冬季休校日の取組につきましては、札幌市教育委員会 教職員課労務係(211-3853)にお問い合わせください。



