

3学年だより

令和8年10月1日
第7号



【OECD最新調査】AIを使えば使うほど成績が下がる！？10代が知っておくべき「本当に賢くなる」ための学習戦略

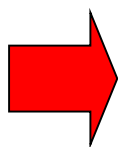
「ChatGPTに学校の課題の要約を頼めば、めちゃくちゃ効率的じゃない？」「AIが何でも一瞬で答えてくれるなら、わざわざ苦勞して勉強する必要なんてないのでは？」日頃の学習の中で、一度はこんな風に思ったことがあるのではないのでしょうか。スマホや生成AIが当たり前になった今、私たちの「勉強」のあり方は大きな歴史的転換期を迎えています。

AIに頼るほど成績が下がる？「知的筋トレ」のススメ

経済協力開発機構(OECD)が国際学習到達度調査「PISA 2025」の最新結果を公表しました。世界91の国・地域から約76万人もの15歳(高校1年生世代)が参加したこの調査は、生成AIの利用と学習成果に関する重要な事実を明らかにしています。学校の課題で文章の要約や作成、事前調査をAIに丸投げして頻繁に頼る生徒は、AIを使わない生徒に比べて科学の平均スコアが約20点(約1年分の学習量に相当)低いことが判明しました。一方、自分の学びを助けるために適度(週1回程度)に活用する生徒は高いパフォーマンスを維持しています。

この差が生じる理由は「学びの本質」にあります。真の学力とは、答えを一瞬で手にすることではなく、自らの頭で課題に向き合い試行錯誤する「生産的な認知的格闘＝知的筋トレ」から生まれます。AIに学習を肩代わりさせると思考の筋肉が衰えるだけでなく、文章を深く読むことや考えることをせずに誤読する危険性があります。

✖ NGプロンプト例(思考の代用品)
「この文章の500字要約を書いて、提出課題を完成させて」(※脳の格闘ゼロ。自分の知的筋力はまったく鍛えられません)



○ OKプロンプト例(思考の足場 / 壁打ち相手の使い方)
「自分でこの文章の要約を書いてみたよ。私の主張に論理の飛躍がないか2点指摘して、さらに考えを深めるための質問を投げてみて」(※自分が主役。AIを「壁打ち相手」として使って思考を深めています)

AIを利用する際は、課題を丸投げにするのではなく、自分の考えを深める「壁打ち相手(思考の足場)」として活用してください。自分の頭で考え抜く試行錯誤こそが、自分の人生を切り拓く真の武器となります。

保護者の皆様へ

PISA 2025調査では、「今日学校で何をしたの？」といった保護者の日常的な対話や何気ない関心が、生徒の学力や「努力すれば伸びる」という学習意欲を最も強く高めることが実証されています。生成AIやスマホが身近にある今、ご家庭ではAIへの課題丸投げを防ぐ声かけと、スマホを置き集中して学習できる環境づくりへのご協力をお願いいたします。

令和8年度

10月行事予定

日	曜	行事予定	検定・部活動など	SC	販売
1	木	2学期中間考査(1,2年生は2日から) 制服移行期間(10/6まで)			
2	金				
3	土				
4	日				
5	月		【自転車競技】国スポ(青森)		
6	火	頭髮服装検査③ 原付バイク安全講習会②(放課後)		○	
7	水				
8	木	前振			弁当
9	金				
10	土				
11	日				
12	月	スポーツの日			
13	火			○	弁当
14	水				
15	木	ロードレース大会(午後)	【バドミントン】秋季地区(新潟)		弁当
16	金	(ロードレース大会予備日) 前振			
17	土		1・2学年 進学模試 【自転車競技】秋季地区(弥彦)		
18	日				
19	月				軽食
20	火			○	弁当
21	水	前振			
22	木				弁当
23	金	吉高祭準備(午後)	【自転車競技】北信越新人大会(長野)		
24	土	吉高祭			
25	日	【学校閉庁日】			
26	月				軽食
27	火			○	弁当
28	水	1学年 性教育講演会			
29	木	3年人総 高校生と赤ちゃんのふれあい交流会(2,3限) 後振			弁当
30	金	代休(吉高祭)			
31	土				
備考					