

2 实践事例

中学校

(5) 中学校（技術・家庭科：技術分野）

校種	中学校	学年	第1学年	教科等	技術・家庭科 (技術分野)	キーワード	ルールづくり
題材名	「我が家のスマホ等の情報端末使用のルール5カ条づくり」 ※ D(1)ア、イ、ウ、(2)ア、イ				指導する時間	全9時間	
本時のねらい	スマホ等の情報端末を使用する際のルールを考える。						
使用する資料	<ul style="list-style-type: none"> ・ミニホワイトボード ・前時に作成した情報モラルクイズ ・ワークシート 				指導項目		
					f4-2:自他の安全面に配慮した、情報メディアとのかかわり方を意識し、行動できる		

中学校第1学年 技術・家庭科（技術分野）学習指導案

1 題材名

「我が家のスマホ等の情報端末使用のルール5カ条づくり」

2 題材について

情報端末が生活の必需品となっている現在の社会においては、子どもが被害者にも加害者にもならないために、インターネット上でのルールやきまりなど、情報モラルに関する知識や技能を身に付けることが必要不可欠である。そのため、本題材では、まずコンピュータにおける基本的な情報処理の仕組みや、情報通信ネットワークにおける基本的な情報利用の仕組みを知る。そのうえで、手のひらサイズのパソコンともいえる、スマホ等の利用時の問題点を考えることで、情報社会の問題点等を自らの課題として捉えさせる。併せて、スマホ等の使用時のルールを考えることを通じて、情報社会において適正に活動する能力と態度を育成することを目的としている。

本時では、参観日等に授業を行うことにより、保護者への啓発活動の意味合いも兼ねて、生徒の考えた情報モラルに関するクイズに保護者が回答したり、スマホ等の情報端末を使用する際のルールを保護者も交えて検討したりする活動を通じて、子どもと保護者の情報端末の利用実態に関する認識の差や、規範意識等の差について理解するとともに、実効的なルールづくりを行う計画となっている。

本題材におけるねらいを達成するためには、まず、生徒自身に、情報端末を使用する際の課題意識をしっかりとめさせることが重要であるため、本時の授業に至るまでの過程が重要な役割をもつ。そのため、4時間目では、ワークショップ形式を用いる等、話し合いの方法を工夫することで、生徒同士の主体的な活動や話し合いを促し、情報技術の発展による課題を明らかにしたい。また、5～7時間目ではクイズを作成する過程を通じて、根拠資料等を収集することで、実体験や伝聞情報のみならず、例えば著作権に関する正しい知識を得たり、社会で発生している事件や事故等について広く知ったりすることなど、生徒自身の課題意識を深める時間としたい。

なお、本来、情報端末の使い方は人によって異なるため、守るべきルールも人によって異なることは必然である。したがって、生徒自身が、自分の生活スタイルや使用条件等に合わせて、適切なルールを設定していく力を育成することを目的として、本時の展開では、自分の家庭でのルールづくりを行うこ

ととしている。

また、今回は、技術分野における授業プランを提示しているが、本時の内容を、クラスのルールづくりに変更し、学級活動で実施することも考えられる。その場合は、学級活動(2)ウ 社会の一員としての自覚と責任や、(2)オ 望ましい人間関係の確立などの題材として設定し、ルール策定後に、学級通信等でお知らせするなどの家庭への啓発活動を行うことや、一過性の取組にしないために、学級活動等の時間を利用して、ルールの点検活動などの振り返りを定期的に行うこと等も有効であると考えられる。

3 題材の目標

- ・コンピュータにおける基本的な情報処理の仕組みと、情報通信ネットワークにおける安全な情報利用の仕組みについて知ることができる。
- ・情報社会の問題点等に関心を持ち、情報社会において適正に活動することができる。
- ・デジタル作品の設計・制作を通して、メディアの特徴と利用方法を知り、多様なメディアを複合し、表現や発信ができるとともに、目的に応じてデジタル作品の設計を工夫することができる。

4 題材の評価規準

生活や技術への関心・意欲・態度	生活を工夫し創造する能力	生活の技能	生活や技術についての知識・理解
<ul style="list-style-type: none"> ・よりよい社会を築くため、情報社会において適正に活動しようとしている。 ・情報に関する技術にかかわる倫理観を身に付け、知的財産を創造・活用しようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・情報に関する技術の利用場面に応じて、適正に活動している。 ・使用目的や使用条件に即してデジタル作品の設計を工夫している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・多様なメディアを複合し、表現や発信ができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・コンピュータにおける基本的な情報処理の仕組みと情報通信ネットワークにおける安全な情報利用の仕組みについての知識を身に付けている。 ・メディアの特徴と利用方法についての知識を身に付けている。

5 指導と評価の計画 (全9時間)

時間	学習活動	評価規準			
		関心・意欲・態度	工夫・創造	技能	知識・理解
1～2	<ul style="list-style-type: none"> ・コンピュータの構成や情報処理の仕組みを調べる。 ・デジタル化の方法と情報の量の関係について調べる。 				<ul style="list-style-type: none"> ・コンピュータを構成する主要な装置と、基本的な情報処理の仕組み、情報のデジタル化の方法と情報量との関係についての知識を身に付けている。

3	情報通信ネットワークの構成と、安全に情報を利用するための基本的な仕組みを調べる。				インターネットなどの情報通信ネットワークの構成と、安全に利用するための基本的な知識を身に付けている。
4	スマホ等の情報端末を使用する際に問題となる事柄について話し合う。	情報技術が生活の向上や産業の継承と発展に果たしている役割と、著作権や人権侵害など、情報技術の発展による悪影響について関心をもっている。			
5～7	話し合った事柄の根拠となる資料を収集するとともに、プレゼンテーションソフトを利用して、情報端末を使用する際に注意すべき事柄についてのクイズを作成する。	クラスメイトや参観日に来校する保護者等、回答者に対し、わかりやすいプレゼンテーションを設計・制作しようとしている。	クラスメイトや参観日に来校する保護者等、回答者に対し、わかりやすいプレゼンテーションを設計・制作している。	設計に基づき、適切なソフトウェアを用いて多様なメディアを複合し、表現や発信ができる。	メディアの素材の特徴と利用方法や、多様なメディアを複合する方法についての知識を身に付けている。
8	作成したクイズを発表することを通して、情報に関する技術の利用場面に応じて適正に活動することについて考える。				著作権や人権侵害など、情報の発信に伴って発生する可能性のある問題と、発信者としての責任についての知識を身に付けている。
9 (本時)	我が家のスマホ等の情報端末使用のルール5カ条を作成する。	情報社会において適正に活動しようとしている。	情報に関する技術の利用場面に応じて、適正に活動している。		

6 本時の指導（第9時）

(1) 本時の目標

- ・ スマホ等の情報端末を使用する際のルールを考える。

(2) 本時の評価規準

生活や技術への 関心・意欲・態度	生活を工夫し 創造する能力	生活の技能	生活や技術についての 知識・理解
情報社会において適 正に活動しようとして いる。	情報に関する技術の 利用場面に応じて、適正 に活動している。		

(3) 本時の展開

	学習活動	指導上の留意点	評価規準 評価方法
導 入	<ul style="list-style-type: none"> ・ 前時に各グループがプレゼンテーションソフトで作成した情報モラルに関するクイズを保護者に出題する。【全体活動】 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保護者に回答してもらうことで、親子間の情報モラルや使用実態等の把握に大きな差があることを生徒に理解させる。 	
展 開	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保護者に感想を聞く。 ・ スマホ等の情報端末を使用する際のルールを作成する。 ・ 各グループから、各自が決定したルールのうち、クラスに紹介したいルールとその理由を発表し、学級全体で共有する。 ・ 学級全体で共有したルールを基に、自分の作成したルールを再検討し、「我が家のスマホ等の情報端末使用時のルール5カ条」として定める。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ スマホ等の情報端末を使用する際は、利便性だけでなく加害者や被害者になる危険性もあることを再認識させる ・ スマホ等の情報端末使用時のルールを各自で検討させ、その後、グループで、さらによいルールがないかアイデアを出させる。 ・ 保護者も数名のグループで作成してもらう。 ・ 保護者も作成したルールを発表してもらう。 ・ 自分だけのルールでなく、家族も含めて安心、安全にスマホ等の情報端末を使用するためのルールを選ぶようにさせる。 	<p>情報に関する技術の利用場面に 応じて、適正に 活動している。 【工夫・創造】 (ワークシート・ホワイトボード・観察)</p>

<p>ま と め</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに、ルール5カ条を記入するとともに、本時に学んだことや今後の生活で生かしたいことなどを記入する。 ・感想等を発表し、全体で共有する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者にもワークシートに記入してもらおう。 ・数名の生徒に感想等を発表させ、本時の振り返りを行う。 	<p>情報社会において適正に活動しようとしている。【関心・意欲・態度】(ワークシート)</p>
----------------------	--	---	---

学習日 年 月 日 ()

年 組 名前 ()

「我が家のスマホ等の情報端末使用のルール5カ条づくり」

- スマホ等の情報端末を使用する際のルールを考えてみよう！

こんなルールが必要だ！

ルール	必要な理由

- 各グループから紹介されたルールのうち、参考にしたいルールを記入しよう！

参考にしたいルールはこれだ！

参考にしたいルール	

- 「我が家のスマホ等の情報端末使用のルール5カ条」を決定しよう！

我が家のルールはこれだ！

	ルール	必要な理由
その1		
その2		
その3		
その4		
その5		

ルールに対する家庭からのコメント

- 今日の学習で学んだことや、今後の生活で生かしたいことを記入しよう！

(6) 中学校（保健体育：保健分野）

校種	中学校	学年	第3学年	教科等	保健体育 (保健分野)	キーワード	ネットと健康
単元名	健康な生活と疾病の予防				指導する時間	全6時間	
本時のねらい	健康な生活や疾病の予防をするためのネット環境について、学習したことを自分たちの生活や事例と比較したり、関係を見付けたりするなどして筋道を立てて考えるとともに、自分自身の生活を見直すことができる。						
使用する資料	<ul style="list-style-type: none"> ワークシート「事例ABC」 学習カード 				指導項目		
					f4-1：健康面に配慮した、情報メディアとのかかわり方を意識し、行動できる		

中学校第3学年 保健体育科（保健）学習指導案

- 1 単元名 健康な生活と疾病の予防
- 2 小単元名 生活行動・生活習慣と健康
- 3 単元について

○ 単元観

本単元は、中学校学習指導要領の第3学年の内容「(4)健康な生活と疾病の予防」に基づいて設定されたものである。

健康の大切さや健康によい生活、病気の起こり方や予防については、小学校体育科保健領域で学習している。それらを踏まえて、ここでは、人間の健康は主体の要因と環境がかかわりあって成り立つこと、健康を保持増進し、疾病を予防するためには、それに関わる要因に対する適切な対策があることについて理解できるようにする必要がある。

本単元では、健康を保持増進し、疾病を予防するためには、年齢や生活環境に応じて、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることについて理解させることにより、これからの社会生活を生きる生徒が、生涯を通じて健康で活力ある生活を送るための基礎を学ぶ大切な単元となる。

○ 指導観

指導に当たっては、食生活、運動、休養及び休息をそれぞれ取り上げ、健康にとって必要な要因であることを理解するとともに、健康な生活や疾病を予防するための方法について考える。

また、現代社会の問題点として挙げられている「ネット問題」を発展的に取り上げ、不適切な生活習慣につながる要因となることを理解するとともに、健康的な生活習慣を維持するために、自分自身のネットとの付き合い方について考える。

次に、不適切な生活習慣によって起きる様々な病気について取り上げ、生活習慣と生活習慣病の密接な関係を理解し、予防のための方法を考える。

4 単元の目標

- 生活行動・生活習慣と健康について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができるようにする。【関心・意欲・態度】
- 生活行動・生活習慣と健康について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。【思考・判断】
- 生活行動・生活習慣と健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活との関わりを理解することができるようにする。【知識・理解】

5 単元の評価規準

1 健康・安全への 関心・意欲・態度	2 健康・安全についての 思考・判断	3 健康・安全についての 知識・理解
<p>①健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料を見たり、自分たちで生活を振り返ったりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。</p> <p>②健康な生活と疾病の予防について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習に意欲的に取り組もうとしている。</p>	<p>①健康な生活と疾病の予防について、健康に関する資料等で調べたことを基に課題や解決の方法を見付けたり、選んだりするなどして、それらを説明している。</p> <p>②健康な生活と疾病の予防について、学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。</p>	<p>①健康な生活や疾病の予防をするための食生活について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>②健康な生活や疾病の予防をするための運動について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>③健康な生活や疾病の予防をするための休養や睡眠について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>④健康な生活や疾病の予防をするためのネット環境について理解したことを言ったり、書き出したりしている。</p> <p>⑤生活習慣病の概念について理解し、予防方法を身に付ける必要があることについて言ったり、書き出したりしている。</p>

6 指導と評価の計画（全6時間）

時	学習内容	評価				
		関	思	知	評価規準	評価方法
1	<p>食生活と健康</p> <p>1. 生きていくために必要な栄養をバランスのとれた食事からとることを知る。</p> <p>2. 自分の食生活の問題点を見付け、改善する方法を考える。</p>	○		○	1-① 3-①	<p>行動観察</p> <p>発言</p> <p>学習カード</p>
2	<p>運動と健康</p> <p>1. 健康によい適度な運動を日常生活の中に取り入れることは、発育を促すことを知る。</p> <p>2. 健康によい適度な運動は、生活習慣病や肥満の予防に役立つことを知る。</p> <p>3. 生涯を通じた健康の保持増進のための運動について考える。</p>		○	○	2-① 3-②	<p>行動観察</p> <p>発言</p> <p>学習カード</p>
3	<p>休養及び睡眠と健康</p> <p>1. 疲労を感じた時の自覚症状を例として、身体的疲労と肉体的疲労それぞれに適した疲労回復の方法を考える。</p> <p>2. 自分自身の生活の仕方を振り返り、休養や睡眠の取り方について考える。</p>		○	○	2-② 3-③	<p>行動観察</p> <p>発言</p> <p>学習カード</p>
④ 本 時	<p>ネット環境と健康</p> <p>1. ネット利用について、不適切な使用方法による健康への害について考える。</p> <p>2. 自分自身の生活の仕方を振り返り、ネットとの付き合い方について考える。</p>		○	○	2-① 3-④	<p>行動観察</p> <p>発言</p> <p>学習カード</p>
5	<p>調和のとれた生活と生活習慣病①</p> <p>1. 高血圧や心臓病、脳卒中などの循環器系疾患、糖尿病、がんについてどのような病気なのか知る。</p> <p>2. 生活習慣によって起きる様々な病気について考える。</p>	○		○	1-② 3-⑤	<p>行動観察</p> <p>発言</p> <p>学習カード</p>
6	<p>調和のとれた生活と生活習慣病②</p> <p>1. やせと肥満と、生活習慣病との関連について知る。</p> <p>2. 生活習慣と生活習慣病の密接な関係を知り、予防のための方法を考える。</p>		○	○	2-② 3-⑤	<p>行動観察</p> <p>発言</p> <p>学習カード</p>

7 本時の展開

(1) 本時の目標

- 健康な生活や疾病の予防をするためのネット環境について、学習したことを自分たちの生活や事例と比較したり、関係を見付けたりするなどして筋道を立ててそれらを説明することができるようにする。(思考・判断)

- ・健康な生活や疾病の予防をするためのネット環境について理解したことを言ったり、書き出したりすることができるようにする。(知識・理解)

(2) 準備物

- ・付箋
- ・模造紙
- ・資料「事例ABC」
- ・学習カード

(3) 学習の展開

	学 習 活 動	○指導上の留意点 ◆評価
導 入	<p>1. ネット環境と利便性について考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>ネットにつながる機器として身近にあるものには、どのようなものがあるでしょうか。</p> </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・携帯電話 (スマートフォン・ガラケー等) ・パソコン ・携帯ゲーム <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>これらの機器はどんなところが便利なのでしょう。</p> </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・どこでも、いつでもネットにつながる。 ・知りたいときにすぐに調べることができる。 ・たくさんの友達と連絡することができる。 <p>2. 学習のねらいを知る。</p>	<p>○普段自分たちの生活の中にあるものを思い出させる。</p> <p>○普段自分たちが感じている利便性を出させる。</p> <p>○ネットの普及によって、世界が身近になったことも伝える。</p>
	<p>ネット環境は様々な利点がある反面、使い方によっては健康に悪影響を与えることがあります。ネットとどのようにつきあうことが大切なのか考えてみよう。</p>	
展 開	<p>3. ネット利用による健康への悪影響について考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>「ネットがおよぼす健康への害」について、グループ内でお互いに意見を出し合ってみよう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ブレインストーミングをする。 <ol style="list-style-type: none"> 1) 各自の考えを付箋に書く。 2) グループごとに模造紙に整理する。 3) 学級の意見を黒板に整理する。 <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・睡眠時間が少なくなる。 ・目が悪くなる。 ・精神的にしんどくなる。 ・依存的になり、やらないと落ち着かない。 	<p>○似たような意見は分類して、出された意見を整理する。</p> <p>○ネットを使うことによって減った時間を示した資料などを活用し、理解を深められるようにする。</p> <p>○書き込みによる誹謗・中傷など、人権問題につながることも触れるようにする。</p> <p>○ネット依存などの問題を抱える人たちが増えてきていることを伝える。</p>

	<p>ネットについては便利な反面、長時間の使用により睡眠時間が少なくなったり、依存傾向が強くなり心身の弊害につながったりするなど、健康を害することがある。</p> <p>4. これからの生活の中で、ネット環境とのよいつき合い方について考える。</p> <p>次に示す事例Aさん、Bさん、Cさんに対して、健康な生活のためのネットとの付き合い方についてグループで話し合ってみよう。</p> <p>・グループでの話し合いの進め方</p> <p>①A～Cさんのうち、誰にアドバイスを するか決める。その際、全員が一人以上 にアドバイスできるようにする。 ②グループ内で自分が書いたアドバイスを を発表し、意見交換して修正する。 ③各グループの意見の中から、よい意見 を紹介する。</p> <p>・自分の生活について、ネット環境とのつき合 い方の状況や改善点を学習カードにまとめ る。</p>	<p>◆【知識・理解】</p> <p>健康な生活や疾病の予防をするためのネット環境について理解したことを言ったり、書き出したりしている。（観察・学習カード）</p> <p>○ネット環境の違いや年齢の違いなどを考慮して考えるよう助言する。</p> <p>○ワークシートに自分のアドバイスを書くように伝える。</p> <p>○「使わない」ではなく、「よりよい使い方」を意識して考えるように伝える。</p> <p>○できるだけ多くの事例に対して、アドバイスできるよう助言する。</p> <p>○友達の意見を参考にして、自分の意見を修正するよう伝える。</p> <p>◆【思考・判断】</p> <p>健康な生活と疾病の予防について、学習したことを自分たちの生活や事例などと比較したり、関係を見付けたりするなどして、筋道を立ててそれらを説明している。（観察・学習カード）</p>
ま と め	<p>5. 学習のまとめをする。</p> <p>・学習カードに本時のまとめを記入する。</p> <p>・本時の感想などを発表する。</p>	<p>○本時の学習内容を振り返り、ネットとのよりよいつき合い方を意識しながら生活する必要性について再確認する。</p>

(4) 資料

○本時で示した事例と生徒のアドバイス例

生活の状況	
	<p>Aさん（15歳） 中学3年生</p> <p>音楽が好きな中学3年生で吹奏楽部に所属していた。9月の大会も終わり、現在は高校受験を目指し、週5日間塾に通っているため、帰宅は10時ごろになる。以前は、友達とよく携帯電話で話をするがあったが、最近は電話をする時間がない。友達からは着信が入るため、携帯電話が気になり、ストレスがたまってきて勉強に熱が入らなくなってきている。</p>
<p>○Point 高校受験、受験生、携帯電話、ストレス</p>	
<p>(アドバイス例) 無理をして携帯電話を無視しようとするとうストレスが溜まって、勉強も頭に入ってきてませんね。携帯電話をかけないと決め込むのではなく、時間を決めてかけてみるということはどうでしょうか。勉強の予定を考える中で、休憩時間を利用するなど、計画を立て、メリハリをつけながら電話をかけてみてはいかがでしょうか。また、そのことを友達にも伝え、理解・協力してもらうことも大切ではないでしょうか。</p>	
	<p>Bさん（17歳） 高校2年生</p> <p>電車通学で時間がかかるため部活動には所属していない。まじめな性格で友達も多い方ではないが、スマートフォンを購入してからクラスの友達数人と無料通信アプリで通信を行うようになった。ある日、友達から「昨日の夜、返事がなかった」と責められたことから、返事を返すことが気になり、毎日、夜遅くまで携帯電話を手放せない状態となり、寝不足の状態が続いている。</p>
<p>○Point スマートフォン、無料通信アプリ、友達、寝不足</p>	
<p>(アドバイス例) 通信アプリは友達同士のコミュニケーションツールとして便利なものですが、返信をするために夜遅くまで起きているのは健康面でもよいことではありませんね。一度、友達同士で約束を話し合ってみてはいかがでしょうか。案外、同じような思いで困っている友達もいるかもしれません。「10時以降は通信はしない」など、グループのルールを決めてみてはいかがでしょうか。</p>	
	<p>Cさん（23歳） 会社員</p> <p>子どもの頃はテレビゲームを毎日のように行っていた。会社員になってからはほとんどゲームをやっていたのだが、同僚から携帯電話を使ったオンラインゲームを教えてもらってからゲームをまた始めるようになった。初めのうちは、電車の移動中や休憩時間など、少しの時間だけ行っていたが徐々に時間が増え続け、今ではやらないと落ち着かない状態が続き、睡眠時間も極端に少なくなってきている。</p>
<p>○Point オンラインゲーム、落ち着かない、睡眠時間の減少</p>	
<p>(アドバイス例) 自分も子どもの頃にゲームにハマって長い時間やっていたことがあります。ゲームには依存性があるため、強い意志をもって取り組まないといけないと思います。まずは、ゲームの依存性について調べてみる必要があります。そして、ゲームの代わりに軽い運動をする、趣味を増やすなど、毎日の生活の工夫から始めてみてはいかがでしょうか。</p>	

