

# 【保健体育・中学校1年・「健康な生活と疾病の予防」①】

## 育成を目指す資質・能力

目 標 : 生涯にわたり健康な生活を送るためには、病気を発生させたり、悪化させたりする可能性のある行動を自らコントロールし、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活が大切であることを理解する。

( 知識 ) ・健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることを理解している。

( 思・判・表 ) ・健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともにそれらを表現している。

( 学びに向かう力、人間性等 ) ・健康な生活と疾病の予防についての学習に自主的に取り組もうとしている。

## ICT活用のポイント

生徒同士の現状の様子や考えていることを参考にして、自己の姿と課題を確認し、よりよい改善に向けて考えることができる授業

### 【つかむ】場面①

クラスメイトの食事についての現状をアンケートで知る

### 事例の概要

○生涯にわたって、運動やよりよい生活習慣を日常生活に取り入れられるよう、ホワイトボードを使用し、運動計画や生活習慣を作成するなど、自分の生活に結び付けて考え健康を維持するために意識していることを生徒同士で共有して改善意識を高める。

### 【追究する】場面②

課題のある食生活をスライドで例示し課題を見つけ、改善点を考える

### 【事例におけるICT活用の場面①】

○自分やクラスメイトの現状を知るために、アンケートアプリで食事に関するアンケート調査を行い、授業に反映する。

### 【まとめる】

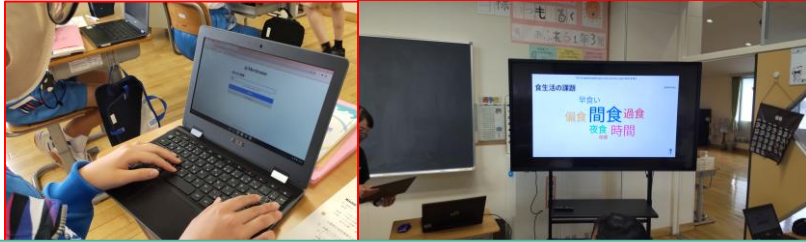
グループで話し合った食生活の改善内容を発表し合う

### 【事例におけるICT活用の場面②】

○プレゼンテーションソフトに示された食生活の例について、課題を見つけ、改善に向けて必要な情報をインターネットで調べたり、グループで話し合ったりして、ホワイトボードに自分の考えを示す。

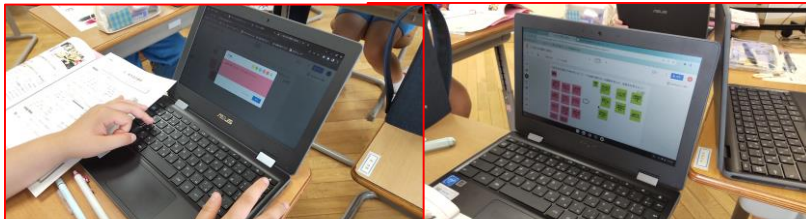
# 【保健体育・中学校1年・「健康な生活と疾病の予防」②】

## 【事例におけるICT活用の場面①】



アンケートアプリにより、自身やクラスメイトの現状である食事の課題を視覚的に捉えることで、多様な考えを取り入れながら、課題設定に向けて、主体的に考えをもつことができる。

## 【事例におけるICT活用の場面②】



ホワイトボードを使って、話し合って見つけた改善点や各自で調べた情報をグループ内でまとめていくことで、グループ内で改善に向けた話し合いを進めることができる。



グループ内で話し合った内容を全体に向けて発表することで、今後の食生活の見直しや改善していく決意を確認し合うことができる。

### ○学習過程と事例におけるICT活用の場面との関係

- ・アンケートアプリで食事についてのアンケートをとることで、自分やクラスメイトの現状を分かりやすく捉えることができ、食生活について、自分事として考えるきっかけを与えた。
- ・健康のための食生活について理解が深まるよう課題のある食生活をプレゼンテーションソフトで視覚的に示し、主体的に課題への意識をもたせ、改善への意欲を高めた。
- ・ホワイトボードを使用して、自分の考えを表現したり、クラスメイトの多様な考えを参考にしたりすることで、自分の考えを深めながら学習を進めていくことができた。

### ○ICTを効果的に活用するためのポイント(ICT活用の工夫や留意事項等)

- ・個人が考えた内容がICT端末内のみで完結しないように、グループや全体の場面で自分の言葉で説明するなど、お互いの考えを共有する時間設定が必要である。

### ○生徒や教師にとってのICT活用のメリット

- ・単元を通じた学習記録として、これまでの思考した経緯等も蓄積する事ができ、自分自身の成長を確認することができる。
- ・導入場面のアンケート結果やプレゼンテーションソフトによるスライド、ホワイトボードによる意見交換等、視覚的に提示や交流をすることで、興味をもって学習に取り組むことができる。
- ・生徒がこれまでの学習で思考・判断してきたことをすべてデータ保存することができているため、支援や指導に生かすとともに、授業改善や評価に効果的に活用することができる。

### ○活用したソフトや機能

- ・アンケートアプリ ・ホワイトボード ・プレゼンテーションソフト

### ○児童生徒の反応 児童生徒と教師のやりとり 等

- ・クラスメイトの考えや生活習慣を参考にすることで、自分の生活習慣を見つめ直し、自分自身の考えを深める学習となっており、教師とのやりとりによって課題となる現状を自ら認識することができ、必要感を感じながら生活習慣の改善を決意していく展開となっていた。