

## 第3学年4組 学級活動指導案

### 1 題材 メディアとのけんこうなつきあい方

#### (2) ウ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成

### 2 目標

- メディアとの健康な付き合い方をするために、時間や見方、姿勢に気を付けることが大切であることに気付き、自分の課題に合ったメディアとの付き合い方を理解することができるようにする。
- メディアとの付き合い方に関する自分の課題を見だし、資料を読んだり、友達と話し合ったりして、問題点を調べ、解決方法を自己決定することができるようにする。
- メディアと健康に気を付けて付き合うために、自分に合った解決方法を決め、頑張りカードを作成し、主体的に心身の健康を保持増進しようとすることができる。

### 3 計画

段階	配時	学習活動	手立て																			
見通す	課外	<p>1 アンケートの結果から自分自身の課題を見つける。</p> <p>○ 自分のアンケート結果と、保護者の方のアンケート結果を見る。</p> <p>・メディアとの付き合い方で、自分が改善したいと思うことを見つける。</p> <div><p>視力1.0未満の近視の割合</p><table><tr><td>小学生</td><td>2018年度 34.1%</td><td>2003年度 25.6%</td></tr><tr><td>中学生</td><td>56%</td><td>47.8%</td></tr><tr><td>高校生</td><td>67.2%</td><td>60%</td></tr></table><p>約9人に1人</p><p>約8人に1人</p><p>約9人に1人</p></div> <div><p>1年生から3年生のしりよくの変化</p><table><tr><th>【1年生】</th><th>【3年生】</th></tr><tr><td>A 118人</td><td>A 101人</td></tr><tr><td>B 23人</td><td>B 18人</td></tr><tr><td>C 9人</td><td>C 29人</td></tr><tr><td>D 2人</td><td>D 5人</td></tr></table></div> <p>大塚市立第3小学校 学校保健活動計画から、心疾患第2位以下4位5人入</p>	小学生	2018年度 34.1%	2003年度 25.6%	中学生	56%	47.8%	高校生	67.2%	60%	【1年生】	【3年生】	A 118人	A 101人	B 23人	B 18人	C 9人	C 29人	D 2人	D 5人	<p>○ アンケート結果や、学校で撮影したタブレットを使っている時の様子、視力の低下に関する資料を提示することで、めあてをつかむことができるようにする。</p>
	小学生	2018年度 34.1%	2003年度 25.6%																			
中学生	56%	47.8%																				
高校生	67.2%	60%																				
【1年生】	【3年生】																					
A 118人	A 101人																					
B 23人	B 18人																					
C 9人	C 29人																					
D 2人	D 5人																					
行う	1 本時	<p>2 自分自身の生活を振り返り、メディアと健康に気を付けて付き合うための方法を考える。</p> <div><div><p>根拠</p><p>つついテレビやゲームをやめられない。</p><p>集中すると、目が近くなってしまう。</p><p>楽だから、寝転がって動画をみてしまう。</p></div><div><p>内容</p><p>時間</p><p>見方(目)</p><p>姿勢</p></div><div><p>問題点</p><p>・夜に、脳が昼と勘違いしてしまって、眠れなくなる。</p><p>・視力が悪くなったり、ドライアイになったりする。</p><p>・姿勢が悪くなると、猫背になって腰が痛くなってしまふ。</p></div><div><p>・夜に眠れなくならないように、寝る時間の1時間前には、テレビやゲームを消して過ごすようにする。</p><p>・これから視力が悪くならないように、タブレットを見るときは、30cm目から離して、見るようにする。</p><p>・猫背になって腰が痛くならないようにするために、ゲームをするときは、椅子に座ってする。</p></div></div>	<p>○ 自分の課題に合わせて、調べる内容を設定することで、メディアとの付き合い方を見直そうとすることができるようにする。</p> <p>○ タブレットにメディアの利用に関する資料を準備しておくことで、問題点を調べることができるようにする。</p>																			
	振り返る	課外	<p>3 頑張りカードに取り組み、振り返りを行う。</p> <p>○ 1週間頑張りカードに取り組む。</p> <p>・めあてが達成できたか、1日ごとに振り返りを行う。</p> <p>○ めあてを継続して達成するための方法を考える。</p>	<p>○ 頑張りカードに取り組むことで、メディアと健康に気を付けて付き合おうとすることができるようにする。</p>																		

#### 4 主眼

メディアと健康に気を付けて付き合うためには、自分の課題に合わせ、時間・見方・姿勢といった内容を選択して問題点を調べることで、解決方法を見だし、意思決定することができるようにする。

#### 5 本時過程 自己選択・自己決定の場（つなぎタイム）

段階	学習活動・予想される児童の反応	手立て（○）と評価（◇）	配時
導入	1 アンケートや視力に関する資料、事前に撮影した写真を見て、めあてをつかむ。 <div><ul style="list-style-type: none"><li>テレビや動画を見る時間が長くなっている。</li><li>写真を見ると自分は気付いてなかったけど、姿勢がとても悪い。</li><li>このままだと視力が悪くなってしまうかもしれない。</li></ul></div> <div>けんこうによいメディアとの付き合い方を考えよう。</div>	○ アンケート結果や、学校で撮影したタブレットを使っている時の様子、視力の低下に関する資料を提示することで、めあてをつかむことができるようにする。	5
	2 自分の調べる内容を選択し、その内容の問題点について話し合う。 <div><div><div>根拠</div><div>内容</div><div>問題点</div></div><div><div><div>つついテレビやゲームをやめられない。</div><div>時間</div></div><div><div>集中すると、目が近くなってしまう。</div><div>見方(目)</div></div><div><div>楽だから、寝転がって動画をみてしまう。</div><div>姿勢</div></div></div><div><ul style="list-style-type: none"><li>夜に、脳が昼と勘違いしてしまって、眠れなくなる。</li><li>視力が悪くなったり、ドライアイになったりする。</li><li>姿勢が悪くなると、猫背になって腰が痛くなってしまう。</li></ul></div></div> <div><b>【個別と協働の一体的充実】</b><ul style="list-style-type: none"><li>自分が調べたこと以外にも問題点があるのか、友達やGTと話す。</li><li>友達やGTに話を聞いて新たな問題点を見付け、意見を書き加える。</li></ul></div>	○ 自分の課題に合わせて、調べる内容を選択する場を設定することで、問題点に気付くことができるようにする。  ○ タブレットにメディアの利用に関する資料を準備しておくことで、問題点を調べることができるようにする。（ICT）	20
展開	3 どんな問題点があるのか全体で交流して、解決方法を話し合う。 <div><ul style="list-style-type: none"><li>夜に眠れなくならないように、寝る時間の1時間前には、テレビやゲームを消して過ごす。</li><li>これから視力が悪くならないように、タブレットを見るときは、30cm目から離して、見る。</li><li>猫背になって腰が痛くならないように、ゲームをするときは、椅子に座る。</li></ul></div>	○ 全体交流したり、GTの先生から話を聞いたりすることで、解決方法を知り、メディアとの付き合い方を見直そうとすることができるようにする。	13
	4 取り組む解決方法を決め、1週間の頑張りカードを作成し、今日の学習を振り返る。 <div><ul style="list-style-type: none"><li>ゲームを長い時間するといけないということは知っていたけれど、友達と話し合ったり、資料で調べたりして、たくさん問題点があることがわかった。ゲームをするときは、30cm目から離して、するというのを1週間頑張っていきたい。</li></ul></div>	○ 頑張りカードを作成することで、解決方法を意思決定することができるようにする。 ◇ 自分の課題に合った内容を選び、どのように解決するか意思決定することができる。【思・判・表】	7
終末			