

2年3組 保健体育科「生活習慣病の予防」

授業者：高玉 美紗子 ICT支援員：小澤 貴俊、齋藤 雄心 場所：2年3組教室

1 単元を通じた授業デザイン

生徒が生涯にわたって健康な生活を送るためには、規則正しい生活習慣を身に付けるとともに、日常的に起こる健康課題やストレスに適切に対処できる力など、自らの心身の健康の保持増進を図るために必要な知識・技能を身に付けさせることが重要である。自他の健康課題を発見し、健康情報や知識を吟味し、活用して多様な解決方法を考えるとともに、これらの中から、適切な方法を選択・決定し、自他の生活に活用することができるようにしたい。

2 単元における ICT 活用のポイント

- ① 協働学習・授業支援ツール（ロイロノート・スクール）を活用して、事前にアンケートを取り1週間分の生活スケジュールをデータで蓄積する。
- ② 協働学習支援ツールを活用して、自身の生活習慣を振り返るとともに、他者と比較し、生活習慣病を予防するための望ましい生活習慣について考える。
- ③ 生活習慣改善のポイントを協働学習・授業支援ツール（ロイロノート・スクール）にまとめ、クラスで情報を共有する。

3 本時における情報活用能力との関連

「活動スキル」（目的や種類に応じてアプリを選択、活用できる）A1：記録と編集

4 情報活用能力の育成のための手立て

協働学習・授業支援ツール（ロイロノート・スクール）を活用して、生活スケジュールをデータ化し可視化する。必要な情報を選択したり、比較したりして自身の健康課題に気づき、解決方法を考えることができるようにする。

5 本時のねらい

自他の生活を振り返り生活習慣病の要因を発見し、習得した知識を活用して生活習慣病を予防するための方法を考えることができる。

6 学習過程と ICT の活用（2／8時）

学習活動	○ 教師の支援 ■ ICT の活用 ※評価
<p>1 本時の課題を把握する。</p> <p>(1) 前時までを振り返る。</p> <p>(2) 学習課題を把握する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>生活習慣病を予防するためには、どのような生活習慣を身に付けることが望ましいだろうか。</p> </div> <p>2 本時の課題を解決する。</p> <p>(1) 自身の生活習慣を振り返る。</p> <p>(2) データをもとに食事面、運動面、休養・睡眠面で改善すべき点があるか考える。</p> <p>(3) 生活習慣病を予防するための望ましい生活スケジュールをたてる。</p> <p>(4) 生活習慣病予防のための社会の取り組みについて確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・特定健康診査の実施 ・健康情報の提供 <p>3 本時のまとめと振り返りをする。</p> <p>(1) 生活習慣改善のポイントを個人でまとめる。</p> <p>(2) まとめたものを全体で共有する。</p>	<p>○ 生活習慣病がどのようにして起こるのか確認させる。</p> <p>■ 大型液晶ディスプレイを用いて、福島県の子どもの健康課題のデータを提示し、生活習慣の見直しの重要性を意識させる。</p> <p>■ 協働学習・授業支援ツール（ロイロノート・スクール）を用いて自身の1週間分の生活習慣を確認させる。</p> <p>○ 自他の生活習慣を振り返り、生活習慣病の要因となる健康課題に気づかせる。</p> <p>■ 協働学習・授業支援ツール（ロイロノート・スクール）を用いて、生活スケジュールを作成させる。</p> <p>○ 自身の体調や生活スタイルに合った生活スケジュールを考えさせる。</p> <p>※ データをもとに、自身の健康課題を把握し、望ましい生活スケジュールを立てることができる。 （協働学習・授業支援ツール（ロイロノート・スクール）・観察）</p> <p>■ 協働学習・授業支援ツール（ロイロノート・スクール）に、生活習慣改善のポイントをまとめ、全体で共有させる。</p>

〈 本時で利用している ICT 機器・ソフトウェア等 〉

大型液晶ディスプレイ、ノート PC（教師用 Windows ノートパソコン）、アンドロイド端末（生徒用 Chromebook）、表計算ツール(Google スプレッドシート)、協働学習・授業支援ツール（ロイロノート・スクール）