

指導案

「スマートフォンやゲームを使う時間と場所を見直そう」 ～長時間プレイは困りもの～

【主眼】 どちらか一方に焦点を当ててもかまわない

- 生活時間には限りがあり、心身の健康や衛生的な生活をするためにはスマートフォンやゲームに使う時間をコントロールする必要があることを理解する。
- 家族のスマートフォンやゲーム機は支払いの機能や、重要な情報が入っていることもあるため、勝手に使用するとトラブルが発生する可能性について理解する。

【該当する学習指導要領の記述】

小学校学習指導要領 家庭科編 (2) 家庭生活と仕事

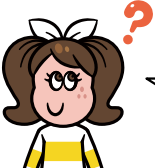
ア 家庭には、家庭生活を支える仕事があり、互いに協力し分担する必要があることや生活時間の有効な使い方について理解すること。

小学校学習指導要領 家庭科編 (4) 家族・家庭生活についての課題と実践

ア 日常生活の中から問題を見いだして課題を設定し、よりよい生活を考え、計画を立てて実践できること。

※生活時間の管理や配慮については道徳科との連携も可能

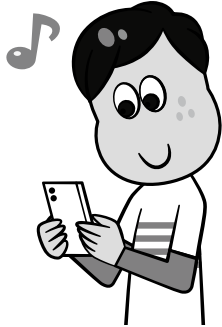
【展開】

	配時	学習活動・内容	指導上の留意点と評価
導入	5	<ul style="list-style-type: none"> ●学校の時間割りに着目させ、なぜ時間ごとに行動や場所が決められているのか理由を考える。  <p>皆で授業を受けられるようになるためかな？</p>	<p>行動の時間がずれると何が起こるのか予想できるよう、実際に全体が30分遅くなると帰宅が遅くなることや。実習や実験、体育には必要な器具があること、安全な使い方があることに気付かせる。</p>
展開	20	<ul style="list-style-type: none"> ●ワークシートのA君のエピソードを読んで、スマートフォンの使い方の、「時間」と「場所」について問題点を挙げ、その理由をワークシートに記述する。(個別活動) 	<p>【評価】思考・判断・表現 ワークシートを配布し、各自エピソードを読んで、「時間」と「場所」の問題に関係がありそうな部分に下線を引かせるなど、情報に着目できるよう指導する。</p>
	10	<ul style="list-style-type: none"> ●記述した内容を共有したうえで、次にこの後で起こるトラブルを考える。(個別活動・グループ活動・ペア活動) 	<p>寝不足が心身に与える影響や布団で画面を見続ける影響について、具体的な事例を提示する。 A君が起こすトラブル以外にもお父さんが起こすかもしれないトラブルもあることに着目させる。</p>
まとめ	10	<p>これまでの学習内容を踏まえて、トラブルを起こさないための約束を提案し、発表する。(個別活動)</p>	<p>【評価】主体的に学習に取り組む態度 その約束は自分の生活にも当てはまるか、あなたがその約束を守るためにどのような工夫が必要か考えることができる。</p>

スマートフォンやゲームを使う時間と場所を見直そう

クラス（ ） 番号（ ） 名前（ ）

- ① Aくんの話を読んで、スマートフォンやゲームを使う「時間」の問題点（赤）と、「場所」の問題点（青）に下線を引き、なぜ問題だと思ったのか理由を下のわくに書こう。



友だちといっしょに、スマートフォンのゲームアプリをはじめたよ。
お父さんがスマートフォンを貸してくれたよ。
友だちのキャラはレベルが高くて、スコアもランキング上位だ。
追いつこうと思って昨日の夜にこっそりお父さんのスマートフォンをもって布団の中で夜中まで遊んでいたよ。メッセージの通知がいっぱい入って既読(きどく)にしちゃった、よくわからないから通知を切っておいた。
通知…音やしんどうでメッセージがきたことを教えるきのう
既読(きどく)…メッセージを確認しましたと相手に知らせるするきのう
寝られないくらい頑張ったけど、友だちには追いつけなかった。
今日はとてもねむくて朝ごはんが食べられなかったんだ。

時間の問題点だと思った理由

場所の問題点だと思った理由

- ② このあと、どんなトラブルがおきるだろう。予想してみよう。右側はおうちの人と一緒に考えてみよう。

私が考えるトラブル

保護者の方が考えるトラブル

- ③ 自分なら、このトラブルをおこさないためにどのような約束をつくるか考えてみよう。

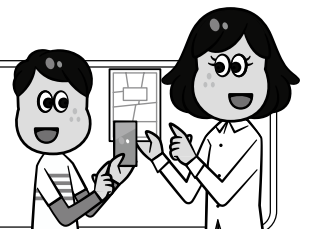
わたしの考えた約束

【一緒に考えよう】記入内容を見て、保護者の人と 2.3 の答えについて考えてみましょう。

お家の人に書いてもらいましょう

二つの答えをすり合わせて、わたしの生活ではどうしたらいいか考えてみましょう。

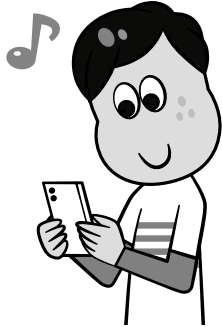
お家の人に書いてもらいましょう



スマートフォンやゲームを使う時間と場所を見直そう

クラス () 番号 () 名前 ()

- ① Aくんの話を読んで、スマートフォンやゲームを使う「時間」の問題点（赤）と、「場所」の問題点（青）に下線を引き、なぜ問題だと思ったのか理由を下のわくに書こう。



友だちといっしょに、スマートフォンのゲームアプリをはじめたよ。
お父さんがスマートフォンを貸してくれたよ。
友だちのキャラはレベルが高くて、スコアもランキング上位だ。
追いつこうと思って昨日の夜にこっそりお父さんのスマートフォンをもって布団の中で夜中まで遊んでいたよ。メッセージの通知がいっぱい入って既読(きどく)にしちゃった、よくわからないから通知を切っておいた。
通知…音やしんどうでメッセージがきたことを教えるきのう
既読(きどく)…メッセージを確認しましたと相手に知らせるするきのう
寝られないくらい頑張ったけど、友だちには追いつけなかった。
今日はとてもねむくて朝ごはんが食べられなかったんだ。

時間の問題点だと思った理由

夜中まであそんでいたこと
遊びすぎてご飯がたべられなかったこと
(朝起きられなかった)

場所の問題点だと思った理由

お父さんのスマートフォンをこっそり布団にもっていったこと

- ② このあと、どんなトラブルがおきるだろう。予想してみよう。右側はおうちの人と一緒に考えてみよう。

私の考えるトラブル

目が悪くなってしまう、寝不足でけがをするかも

保護者の方の考えるトラブル

LINE の通知が見れなくて
お父さんがこまるかもしれない
充電がなくなると生活でこまることもあるかもしれない

- ③ 自分なら、このトラブルをおこさないためにどのような約束をつくるか考えてみよう。

わたしの考えた約束

スマートフォンを持っていないのでわかりませんが、ないしょでもっていかないようにする
ゲームや遊んだりするときは持っている人に使っていていいか確認する。

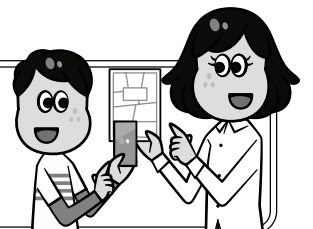
【一緒に考えよう】記入内容を見て、保護者の人と 2.3 の答えについて考えてみましょう。

保護者の方の考え

家族の人のスマートフォンを使うときには、時間と場所を決めよう、
外で友達と遊ぶときにはもっていかないようにしよう
自分のスマートフォンを使うときも、リビングで使うこと、夜は充電器につなげておこう

二つの答えをすり合わせて、わたしの生活ではどうしたらいいか考えてみましょう。

使う場所はリビング、自分の部屋にはもっていかない
外で遊ぶときには、遠出や遅くなる時以外はもっていかない。



事例について

ゲームに夢中になって夜遅くまで遊んでしまう事例になっているため、分析の前に他にも熱中していて時間を忘れる経験や、やり過ぎてしまう経験はないか想起させたい。

「時間」は睡眠時間という身体健康と成長を阻害していること、「場所」はないしょで布団に持ち込んでいて、睡眠の環境が阻害されていることに気付かせる。

その後のトラブルについて

ゲームはしばしば、子どもの情緒面に影響を及ぼしているなどと言われているが、現時点において明確な因果関係の解明には至っていない。ここでは、ゲームを長時間遊ぶことが生活時間や家庭生活の運営に与えている具体的な影響（宿題をする時間がない、読書や他の遊びの時間が無くなる、家庭の仕事に関わらなくなる等）に着目させたい。長時間遊んでいる児童がいる場合、ゲーム以外の楽しみややりたいことを模索させることが依存性を断ち切る最善の方法である。

自分たちで作る約束について

約束は時に「絵にかいた餅」になりかねない。約束を守れないのであれば、それは約束そのものが生活に適していない可能性がある。今回の事例では、内緒で布団に持っていけるような環境になっているが、例えば鍵のついたボックスで充電する、夜遅くまで遊べないように、寝る前のストレッチや眠りやすい環境にする、といったように生活行動や環境を変える必要があるかもしれない。場合によっては約束そのものが適していない可能性もある。

児童の発表で約束を共有する際には「みんなは聞きながら自分の生活であてはまるかどうか考えてみてね」「他の人と生活の仕方や環境が違うのは当たり前だから約束もそれぞれ違う形になるよ」というように多様な選択肢があることを認識させたい。

家庭科の学習内容との関連付けについて

この授業は家庭科の生活時間の学習と「時間」の観点を関連付ける、住生活の視点から生活空間で情報端末をどう使うことが心身にとって良いのか（明るさや椅子や机の姿勢）関連付けることができる。「快適に楽しい生活の中に、情報端末はどのように位置づけられるか」という視点で生活課題を探らせ、解決策を探究するきっかけとして位置付けられる。