

GIGA 端末活用実践事例

宇都宮大学共同教育学部附属中学校：指導者：川田 栄

教科・領域等	学年	単元名・題材名等
保健体育	1	心身の機能の発達と心の健康・精神と身体との関わり

1. GIGA 端末活用のポイント

(1) 本時の目標

心身の機能の発達と心の健康における事柄や情報などについて、保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、筋道を立てて言ったり、書いたりすることができるようにする。

(2) 活用アプリ

ロイロノート（ノート，カメラ機能）

(3) GIGA 端末以外で利用した機器

なし

(4) アプリの活用場面と目的

オンライン オフライン

授業での活用場面（授業概要）

本時は事前に学んだ知識を使って主体的に学ぶ反転学習を基本として行った。タブレットでワークシートを配付し、「心と体には、相互に影響を与え、関わり合っていること」を知識として学習させる。また、心と体を表す写真を撮ってくることを課題として準備させた。授業では自分の心と体はどのような関わり合っているのかをグループでの話し合い活動を通して言語化することで、実生活との関連を図りながら主体的な学習に取り組ませた。タブレットを活用することで、生徒同士で自由に意見を伝え合う活動を中心に授業を展開した。

2. GIGA 端末活用の画面例（写真等）

7 心と体の関わり

○心の動きと体の調子

脳(心) → 自律神経* (内分泌器官) → 機能の調節 → 体

*意志に関係なく、自律して内臓や血管などの動きを調節する神経

感情(心)	自律神経 ホルモン	体への影響
緊張 不安 怒り 悲しみ		体温→高くなる、口が乾く 心臓→心拍数や血圧が増え、ときどき不整脈が 発生、ときどき吐き 悪心→緊張して嘔えたり吐 き戻したりする 汗腺(汗腺) → 手のひらや 顔の下に冷や汗が出る

○体調の変化と心の関係

体 → 感覚神経 血液 → 心

体の状態	感覚神経 血液	心への影響
暑い 呼吸が浅い 痛い 深呼吸 入浴 散歩 運動		集中できない 気分が悪い 判断を間違える 気分が爽やか

心身相関 (しんしんそうかん) …心と体が互いに影響し合っていること

心と体を表す一枚

事前学習②
心と体を表す写真を撮ってくる。
授業では、グループを作り、写真を見て、心と体がどのような状態だったかを話し合う。

この時の心の状態	癒されている, 眠い
この時の体の状態	興奮, 疲れている

わたしたちの心と体はこのように影響し合っています

(例) 緊張しているとき	→	(例) お腹が高くなる
<ul style="list-style-type: none"> • 眠い • 緊張している時 • 不安, 悲しみ • 怒り • 喜ぶ, 興奮 	↔	<ul style="list-style-type: none"> • 疲れている • 震える, 喉が乾 • 涙, 震える • 震える, 泣く • 動く, はねる

授業中の活動
話し合い活動を通して、自分の心と体が影響し合っている具体例を考える。

事前に配付したワークシート

3. 効果と課題

(1) GIGA 端末 (アプリ) を活用して効果的だった点

一斉学習	<input checked="" type="checkbox"/>	教師による教材の提示				
個別学習	<input type="checkbox"/>	個に応じた学習	<input type="checkbox"/>	調査活動	<input checked="" type="checkbox"/>	思考を深める学習
	<input checked="" type="checkbox"/>	表現・制作	<input type="checkbox"/>	家庭学習	<input type="checkbox"/>	
協働学習	<input checked="" type="checkbox"/>	発表や話し合い	<input type="checkbox"/>	協働での意見整理	<input type="checkbox"/>	協働制作
	<input type="checkbox"/>	学校間の交流	<input type="checkbox"/>	家庭学習	<input type="checkbox"/>	

- ・ワークシートをタブレット端末で管理することで、前時の振り返りがスムーズにできた。
- ・話合いのテーマを絞り、タブレットを使いながら意見交換をすることで、思考を深める活動ができた。
- ・写真を活用することで、表現方法の幅が広がった。
- ・発表が苦手な生徒も先にワークシートを作成していたことで、安心して発表をすることができた。

(2) GIGA 端末 (アプリ) を活用して課題に感じた点

一斉学習	<input type="checkbox"/>	教師による教材の提示				
個別学習	<input type="checkbox"/>	個に応じた学習	<input type="checkbox"/>	調査活動	<input type="checkbox"/>	思考を深める学習
	<input type="checkbox"/>	表現・制作	<input type="checkbox"/>	家庭学習	<input type="checkbox"/>	
協働学習	<input type="checkbox"/>	発表や話し合い	<input checked="" type="checkbox"/>	協働での意見整理	<input type="checkbox"/>	協働制作
	<input type="checkbox"/>	学校間の交流	<input type="checkbox"/>	家庭学習	<input type="checkbox"/>	

- ・発表や話合いの際に意見が多くでるようになるが、内容がまとまらない場面も見られた。狙った内容を引き出すための準備や指導が大切であると思った。