

教科	保健体育	単元名	生活習慣病の予防
----	------	-----	----------

本時で育む主な情報活用能力

**B-STEP 3, C-STEP 3
D-STEP 4, J-STEP 3**

該当番号の詳細内容は「大阪府情報活用能力ステップシート」から確認できます。



本時のねらい

- 生活習慣病の予防策を学び、自己の生活習慣を見直して、改善に向けた予防のためのメッセージを考える。

本時における1人1台端末の活用方法とそのねらい

- Canvaを使って、生活習慣病予防に関するポスターを作成し、調べた情報を基に、生活習慣病予防に関する重要なメッセージ（バランスの取れた食事、定期的な運動、十分な睡眠など）をわかりやすく表現する。

活用したICT機器・デジタル教材・コンテンツ等

- 大型モニター
- Canva
- ロイロノート

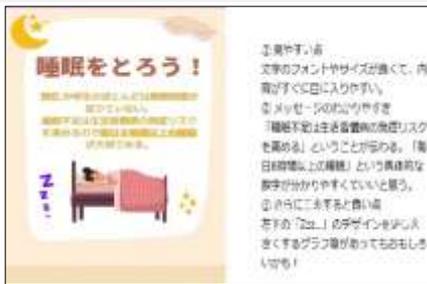
本時の展開

学習の流れ	主な学習活動と内容	ICT活用のポイント・工夫
導入 (10分)	<ul style="list-style-type: none"> 本時のめあてを確認する。 「全世代に向けた生活習慣病予防のポスターを作り、予防のためのメッセージをわかりやすく伝えよう」 前時の内容「生活習慣病の原因と予防法」を再確認する。 自分の生活習慣との関連を意識し「健康的な生活を送るために何を改善できるか」を考える。 	
展開 (30分)	<ul style="list-style-type: none"> 授業で学んだ、生活習慣病予防に必要な情報をもとに、わからない部分は教科書やインターネットで調べ、どの世代にどのメッセージが効果的か、Canvaを使い予防啓発ポスターをデザインする。【写真1】 作成したポスターを共有し「見やすい点」「メッセージのわかりやすさ」「さらに工夫すると良い点」のポイントでCanvaのコメント機能を用いてコメントをする。【写真2】 それぞれが受け取ったコメントをもとに、ポスターをブラッシュアップし、さらに伝わりやすいポスターに仕上げる。【写真3】 	<ul style="list-style-type: none"> 作成途中のポスターを共有することで、アイデアが浮かびにくい生徒も他者のデザインやメッセージの工夫を参照しながら取り組むことができる。 ポスターには、生活習慣病の危険性と予防策の重要性をわかりやすく視覚化し、食事、運動、睡眠などの具体的に盛り込む。 コメントをリアルタイムで確認することで、改善点を即座に把握できる。
まとめ (10分)	<ul style="list-style-type: none"> ポスター制作を通じて、生活習慣病の予防方法を学び、自分がどのような工夫をしたのかを振り返り、ロイロノートに記入する。 	

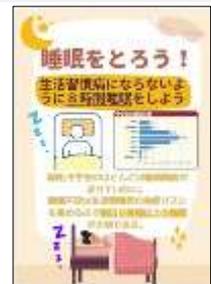
1人1台端末を活用した活動の様子



【写真1】情報を整理しながらポスターをデザインする様子



【写真2】作成したポスターに対して、3つのポイントで実際にコメントをした内容



【写真3】コメントをもとにブラッシュアップしたポスター

児童生徒の反応や変容

- ポスター制作を通じて、食生活や運動不足、睡眠の重要性について改めて気付く生徒が増え、「自分も健康的な生活を心がけよう」といった実生活への意識の変化がロイロノートでの振り返りで見られた。
- 他の生徒の制作物を見てコメントをもらう事で、新しいアイデアや視点を取り入れ、ポスターの完成度を高めることができた。

授業者の声～参考にしてほしいポイント～

- 生活習慣病の予防をテーマに、ICTを活用して他者の視点を取り入れる学習活動を設計することで、自己の生活習慣を振り返り、改善行動を考えることができる。
- Canvaを使ったポスター制作を通じて、視覚的に情報を整理し、他者に伝える力を伸ばすことができる。
- 改善点に焦点を当ててコメントをもらうことで、生徒が他者の意見を反映しやすく、ポスターの完成度を上げる過程で、自己評価と他者評価を活かす力を付けることができる。
- 途中段階で他者のデザインや工夫を参照することで、アイデアを広げることができ、生徒が自らの作品を改善する意欲を高められる。