SNS の上手なつかいかたを考えよう

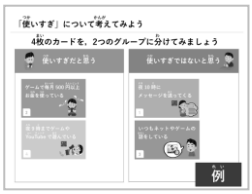
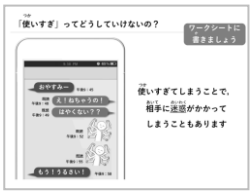
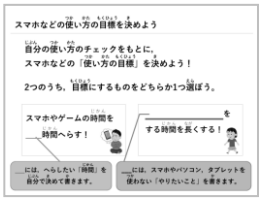
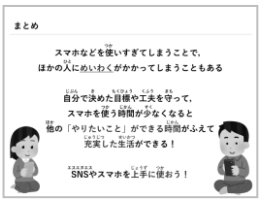
～「SNS の使いすぎ」編～

１．授業のねらい

・「使いすぎだと思うこと」カードの分類や，前日の行動を振り返るタイムシートの作成・比較を通して，使いすぎの感じ方は人によって異なることに気づき，「自分に合った使い方」を考える。

・SNS の使い方の目標や工夫を自分で選択し継続して取り組む活動を通して，自分で決めた目標や工夫を守ろうとする態度を養う。

２．授業のながれ（50 分）

時間	学習内容	使用教材・機材
10 分	**1.「使いすぎ」の感じ方の違いを捉える** ・自分の普段のネット・SNS 利用や，学校・家庭での使用ルールについて振り返る。 ・「使いすぎだと思うこと」をカードで分類し，他者と比較して，使いすぎの感覚の違いを考える。 	○大型モニター ○PC ○授業スライド ○カード(4 枚) ○ワークシート 1
5 分	**2. 使いすぎによって起こる問題を考える** ・ネット・SNS は上手に使えば便利である一方，使いすぎると健康や日常生活でトラブルが起こったり，相手に迷惑が掛かってしまったりすることもあることを学ぶ。 	○大型モニター ○PC ○授業スライド ○ワークシート 1
15 分	**3. 普段の「自分の使い方」を振り返る** 自分の生活を充実させるためには，どんな「使い方」をすればよいだろうか。 ・昨日 1 日の過ごし方を振り返るタイムシートを記入し，どのくらいの時間スマホなどを使っていたか確認する。 ・タイムシートを他者と比較し，使っている時間や時刻などから，自己の課題を考える。 	○大型モニター ○PC ○授業スライド ○ワークシート 2
15 分	**4. 使いすぎを防ぐための目標や工夫の仕方を考える** ・現状と課題をもとに，「使用時間を減らす」「他のことをする時間を増やす」から，目標を選択する。 ・「減らす時間」や「やりたいこと」を決める。 ・目標を達成するための工夫の仕方を学ぶ。 ・1 週間の実践の取り組み方を確認する 	○大型モニター ○PC ○授業スライド ○ワークシート 2 ○目標・工夫 選択シール
5 分	**5. 本時のまとめ** ・使いすぎの感じ方には違いがあり，迷惑になることもあることを確認する。 ・使いすぎを防ぐとより生活を充実させることができることをおさえる。 	○大型モニター ○PC ○授業スライド