

校長室から 18 (season 2) 「データを活用して、睡眠と健康について考えてみよう」
～校長による授業観察を通じて 2～

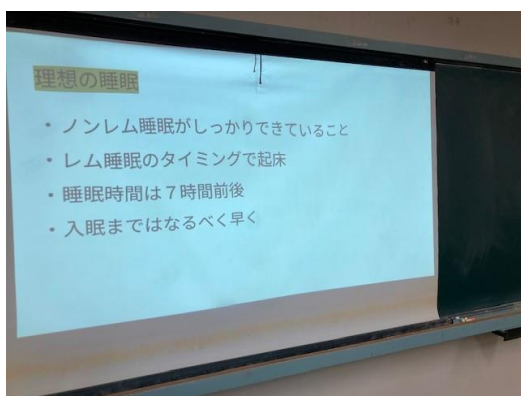
今回は、教科横断的な視点で組み立てられた、「保健 I」の授業を紹介します。単元は「休養・睡眠と健康」。令和 5 年 12 月 5 日、第 1 学年対象です。

授業のポイントは、事前に生徒たちに対して、「休日の睡眠時間は」「塾に通っているか」「部活動に所属しているか」「布団に入ってから寝るまでの時間は」「睡眠までのスマホから離れている時間は」などの、睡眠に関するアンケートを行い、そのクロス集計されたデータをもとに、各グループが、どのデータに着目してどのような主張を行うかを協議し、生徒たちが自由に加工して、自分たちの発表につなげるものです。

「睡眠の質を良くするにはどうすればいいのか」。このテーマに対して、「何に着目し、どの数値を取捨選択したら説得力のある資料となるのか」などを工夫させます。



検討された提案例としては、「布団に入ってから寝るまでの時間を短くする」。そのためには寝る前にスマホを使うのをやめる。その根拠としてのデータとして「布団に入ってから寝るまでの時間」や「睡眠までのスマホから離れている時間」などを組み合わせてグラフにし



ていました。発表後に、寝る前にスマホを使わなくするにはどうしたいのか、などの他のグループからの質疑応答もありました。自分たちで回答したアンケートデータをもとに、自分たちの日常生活を見直し、課題解決の提言をするという、主体的な学びの姿がありました。

光陵高校は、神奈川県教育委員会から、県立高校指定校事業として「STEAM 教育研究推進校」の指定を受け、STEAM 人材の育成を念頭に、質の高い授業実践を目指してします。

STEAM 教育を行う上での視点として、教科横断的な学びが挙げられます。その中ではコンピテンツベースでの連携とコンピテンシーベースでの連携が考えられますが、今回の実践例は他の教科科目（「情報 I データ活用」）で身に付けたスキルを活用して、当該の教科科目

(保健Ⅰ 健康と睡眠)の目標を達成させる、コンピテンシーベースでの連携の好事例であると考えます。

また、以前紹介したのですが、この学年の生徒は、7月7日と7月18日の二回にわたり、「総合的な探究の時間」の中で、日常的にデータを扱うコンサルティング会社「アクセンチュア」による出前授業を行いました。題材として、遊園地の客数や年代ごとの消費額、遊園地に期待することを聞いたアンケート結果など二十二種類の架空のデータと、売り上げ増に向けた九つの対策案や幅広い情報の読み解きに取り組みました。

講師からは「決まった答えがない中で、同じ情報を見ても人によって判断が分かれる。選択に根拠を持つこと、何を解決したいのか課題と方針を定めることが大事だ」とのアドバイスがありました。



「探究的な学び」「教科横断的な学び」「主体的な学び」……

様々な視点で「学び」の在り方が論じられますが、その基本となるのは、学習者自身が深い学習のプロセスを意識することであると思われます。

必要となる知識や技能を獲得し、試行錯誤しながら課題解決に向けた学習活動を行い、その上で自らの学習活動を振り返って次の学びにつなげる。

指導者は、学習者が各教科科目で身に付けた知識技能の、相互の関連付けや横断を図る手立てや体制を整え、学びのプロセスをわかりやすく学習者に伝えること。そして、学習者にメタ認知させること。そして、学習者に自らの「学び」を実感させること、その重要性を再確認しました。

令和5年12月5日