

生徒が自身のケータイの使い方を見直すための取組

～IT断食から「IT活用」を考える～

埼玉県立芸術総合高等学校

〒359-1164
埼玉県所沢市三ヶ島2-695-1

<http://www.geiso-h.spec.ed.jp>

1. 研究の背景

青少年のインターネット利用時間調査[内閣府、2014]によると、高校生の携帯電話・スマートフォン（以下合わせて「ケータイ」と表記）の所持率は97.2%、そのうちスマートフォンは82.8%にも上り、ほとんどの高校生がスマートフォンを持っているということがわかる。その使用目的も、メールはもとより、SNSサイトやチャットなどのコミュニケーション、ウェブサイトの閲覧、ゲーム、動画の視聴など多岐にわたっており、何をしても「ケータイで」という状態になっている。前述の調査によれば、青少年のケータイによるインターネット利用時間は平均で約107分、スマートフォン利用者だけに限ってみれば約132分と、かなり長時間化している。そのため、授業が終わればすぐにケータイを取り出す、友達が隣にいるのにケータイで個々の操作をしていて会話がないうといった「依存」状態にある。

しかしながら、大人も含めて周りの多くが同じ状態であるため、「これぐらい普通」「自分たちは依存していない」と考える生徒も多く、学校や保護者からの注意喚起だけでは改善には至らないケースも多い。また、本校では教科「情報」の授業が3年次での履修となったため、最も指導が必要な新生入生に授業で情報モラルを指導することができない。家庭のみで情報モラルを十分に指導してもらうことは行うことは難しく、対策が後手に回っているように感じた。

以上のことから、1年生の段階から、「生徒が自ら気づき、行動する」ことで、依存から脱却し、IT機器を「活用する」ようになることが望ましいと考え、本研究をスタートさせた。今年度の取組は、昨年度独自に行ったものを、改善しながら行っていくものである。

2. 研究の目的

本研究では、情報の授業内だけではなく、LHRや総合的な学習の時間、在り方生き方教育(道徳教育)の時間を通して、生徒がケータイやIT機器の使い方、ネットモラルなどについて考え、自分の生活全体を見直すきっかけを作ることを目的とする。また、「自分たちは知らぬ間にIT依存になっている」ということに気づき、ケータイの使い方を改善すること、また、学んだことを後輩や家族などに伝え、依存する人が増えないように、自分たちが率先して行動できるようにさせる。

また、LHRなどを利用することにより、他教科の教員や学年団と協力して情報モラル指導を行うことが可能となる。情報科以外の教員と共に活動することで、クラスで起きているケータイモラル等へのトラブルに学年・学校で対応することができるようになり、学校全体での指導につながる。しかし、情報モラルに詳しくない教員も多いため、他教科の教員も含めて誰でも同じように授業を行うことができるような教材作りをすることも、目的の1つとして考えている。

3. 研究の方法

本研究では、「生徒が自分で考え、自分で決める」ことを主軸とし、次の3点を研究の柱とする。

(1) 生徒全員が「IT断食」を体験する

IT断食とは、「ケータイ、パソコン、音楽再生機器等のIT機器を使わずに1日を過ごす」というものである。自分が依存していることを認識するには、自分で体験することが一番効果的である。そこで、夏季休業中の1日を使いIT断食を行うことで、普段自分がどれだけケータイに頼っているかを認識させる。この体験によって、「ネット依存」「ケータイ依存」を身近なものとして捉えるようになり、自身の行動改善につながる。

IT断食を体験した後にはレポートを提出してもらい、(2)の授業で活用する。

(2) 「IT活用」について考える授業で「知識構成型ジグソー法」を用いる

知識構成型ジグソー法とはアクティブラーニングの1種である。これは、1つの課題に対して、最初は3つの視点をそれぞれのグループで考えさせた後、お互いが考えてきた内容を共有することで、生徒間で対話が生まれ、課題に対しより深く学習することができるというものである。この授業方法を用いることで、いわゆる「知識教授型」の授業ではなく、生徒が自ら答を求めて考える授業となり、生徒同士が対話を通じて理解を深めていく授業展開が期待される。「IT断食」の体験を基に「IT活用」について考えたり話し合ったりすることで、「自分の課題」としての改善点が生まれ、行動を変えるきっかけになる。

(3) 「IT活用3か条」をそれぞれに設定させる

IT断食を体験することで、生徒は「自分たちは依存している」ということに気付く。「IT活用」について考える授業で、自分たちが「改善するためにしなければいけないこと」を考える。それを具体的な行動指針にするために、「IT活用3か条」という形で、生徒自身に「IT活用するために守るべきこと」を決めさせる。教師や親からの押し付けではなく、自分で考え、決めさせることで、「IT活用のために、何をしなければいけないのか」といったことに今一度向き合うとともに、自分自身の行動を振り返り、改善することができるようになる。

4. 研究の内容・経過

実施した内容を3期に分けて紹介する。

(1) 第1期：情報モラル教育（平成26年4月～6月）

本校では入学時から情報モラル教育に取り組むための土台として「芸術総合高校ネット研究所」（通称：芸総ネットラボ）を立ち上げ、学年集会等でネットモラルについて指導を行ったり、教員と生徒が協力してより良いケータイ利用に向けて知恵を出し合う機会を設けたりするなど、教員・生徒が一体となって活動した。また、集会では、本校でのケータイ使用に関するルールの紹介や、情報モラル指導としてトラブルの事例を紹介するだけでなく、ケータイを利用した隙間時間の学習方法などの紹介も行い、適切な活用に向けた取組にも力を入れた。



今年度は、入学許可候補者説明会を含め合計3回指導を行った。

(2) 第2期：IT断食の実践（平成26年7月～9月）

(ア) IT断食を体験する（夏季休業中の1日）

7月中の学年集会を利用し、夏季休業中の課題「IT断食」について説明を行った。体験後、生徒にはレポート（A4用紙1枚、書式自由）を提出してもらい、9月に行う「IT活用について考える」授業の教材の一部とした。



(イ) 「IT活用について考える」授業実践（平成26年9月18日）

IT断食の体験をもとに、LHRの時間を使って1年次のクラス担任がそれぞれ授業を行った。「IT依存」について、「IT断食の体験から、IT機器の普及により衰えた能力・失った能力を考える」「自分のIT機器の利用時間を書き出し、本当にしなければならないことを考える」「インターネットが普及し、10代、20代がしなくなったことを考える」を3つの柱に据え、最後は自分がケータイを含むIT機器に依存しているかどうか、また、「活用している」と言えるようにするにはどのような行動をすればよいかなどを考えさせた。クラス担任の教科は音楽・美術・英語と様々であったが、事前に指導案を渡し指導のポイントを伝えたり、ワークシートでの指示を具体的なものにするので、どのクラスも同様の成果を挙げる事ができた。



また、この授業の中で、生徒自身による「IT活用3か条」を策定させた。

(3) 第3期：啓発活動（平成26年10月～平成27年3月）

(ア) 「芸術総合高校 IT活用3か条」づくり（平成26年10月16日）

コーディネーターにデジタルアーツ（株）田中 耕太郎主任を迎え、全校生徒の代表としてIT委員会が3か条を策定した。ブレインストーミングの手法を用い、各グループで現状のケータイの使い方の課題等を書き出し、解決策や守るべきルールを3つにまとめた。その後、各グループ



から提案されたものを学校全体のルールとしてまとめ直し、「スマホを友達にしない！」を大原則に、「芸術総合高校 IT 活用 3 か条」として策定した。

策定した IT 活用 3 か条は、以下のものである。

【芸術総合高校 IT 活用 3 か条】

1. 歩きスマホはしない！
2. スマホは 22：00 まで！
3. SNS でつぶやく前に 3 回見直す！

(イ) 「ケータイマナーブック」づくり(平成 26 年 12 月～平成 27 年 2 月)

作成した IT 活用 3 か条を基に、在校生全体や新入生などに広く伝えるため、「芸術総合高校 ケータイマナーブック」を作成した。ここでは、「それぞれのルールの意図」や「守らないと起きうる危険」といった内容がわかりやすく伝わるように、言葉と絵の両方でポスター調に表現した。また、紙媒体だけではなく、スマホなどに入れることでいつでも見られるようにするために、電子書籍版も制作した。



(ウ) ネット安全利用講演会を実施(平成 27 年 3 月 18 日)

スクールネットワークアドバイザー 内山 統子氏を講師に迎え、ネットモラル、ネット依存に関する講演会を行った。本講演は本校生徒・教職員だけでなく保護者にも公開し、家庭への注意喚起の機会にもなるようにした。また、生徒全員にマナーブックを配布し、IT 委員会の生徒が「芸術総合高校 IT 活用 3 か条」を紹介しながら、ルールを策定した意図について説明したり、ルールを守ってより良い生活が送れるよう啓発を行った。



5. 研究の成果

(1) 第1期：情報モラル教育

主に講義形式ではあったが、「芸総ネットラボ」として学年集会等で様々な視点から取り上げることに
より、生徒にケータイモラルやネット依存についての意識付けを行うことができた。その結果、新入生
も高校入学後にケータイに関するトラブルはほとんどなく、スムーズに高校生活がスタートできたので
はないかと考える。また、「こういうことはやってはいけない」ということだけでなく、「スマホを使っ
たこういう学習方法もある」「こうすれば時間を有効に活用できる」といった「活用方法」についても紹
介することができたのは効果的だったと思える。

「芸総ネットラボ」として教科を超えたチームで動くことにより、学校全体としてIT依存を防ごうと
する流れが生まれ、周囲の協力を得ながら第2期の取組に向け生徒への動機付けがスムーズに行えたの
は、期待以上であった。

(2) 第2期：IT断食の実践

IT断食をする前は過半数の生徒が「自分は依存していない」と答えていたが、授業を行った後は8割
以上の生徒が「依存していた」と見解を変えている。また、IT断食後には、「電車から降りてくる人が
みんな下を向いていて怖かった」「気付かないうちにケータイに手が伸びていた」といった声が聞こえて
きた。これらは、講義形式で話を聴くだけではなく、実際に「IT断食をする」という体験をしたからこ
そ気づけることである。また、これにより自身の行動を客観的に捉える視点が生まれ、「IT活用を考え
る」授業では「なぜ依存していると思うのか」が生徒自身の言葉で述べられていたり、自分が体験した
から分かったことを基にグループで議論を行っていた。根拠となる経験を持っているからこそ、より深く、
様々な視点から考えることができていると考える。ルール作りにおいても、自分の体験から感じた
「普段やってしまっているが、やめたいこと」を基に作っている生徒が多く、IT断食の体験が新たな視
点を生み、自身の行動改善につながっていく様子が見て取れた。

(3) 第3期：啓発活動

この取組の一番の悩みは「作ったルールをどのように展開していくか」であった。ルールを「芸術総
合高校 ケータイマナーブック」として1冊にまとめて配布し、講演会等の資料として役立てることで、
作った生徒に責任感が生まれるとともに、生徒全体にルールを啓発することができ、IT活用を促すには
非常に良いものとなった。また、「IT活用チェックシート」を作ることで、「3か条を作って終わり」で
はなく、活用状況を振り返る機会が生まれ、IT活用の実践が単発的なものにならないよう展開できたの
も成果として大きい。

生徒指導課「生徒自身による『スマホ安全利用私たちのルール』づくり」とも連携し、様々な講師と
意見交換をし、講演を聴く機会を設けることができたため、ルールの啓発に様々な形でアプローチする
ことができた。

6. 今後の課題・展望

今後の課題は「伝える」ことである。今年でIT断食の取組が3年目となり、全校生徒が1度はIT断食を
体験したことになる。例えば、来年度は上級生が下級生のアドバイザーになったり、入学直後から生徒を中
心に啓発活動を行うことで、新入生がIT依存を早い段階から身近な問題として認識し、「IT活用を考える」
授業などではより深いところまで議論することができるのではないかと考える。

また、今年の内容を踏まえた上で新たな「芸術総合高校 IT活用3か条」を作成することで、より生徒の実生活に近いルールが作れるのではないかと期待する。

7. おわりに

現在、「情報モラル」「ケータイ依存」などは、教科情報の一分野として指導していくのではなく、生徒指導の1つとして取り組まなければならない状況になっている。その中で、各学校に1人～2人しかいない情報科の教員だけで行うのではなく、他教科の教員でも授業や指導を行うことができるように工夫することができた。今後もこの取組を続け、ケータイ依存、ネット依存について生徒が自ら考え、自ら改善に向けて行動できるようになり、「IT活用」できる生徒が1人でも多くなるように願っている。

< 参考文献 >

- ・内閣府. 平成25年度青少年のインターネット利用実態調査 調査報告(速報). 2014年2月.
<http://www8.cao.go.jp/youth/youth-harm/chousa/h25/net-jittai/pdf/kekka.pdf>