

50分 授業プラン 指導案

先生用ガイド —— ネットに詳しくなくても、そのまま授業ができます

～ スマホ世代のリアルに寄り添った実践的プログラム ～

中学生のインターネット利用実態（なぜこの授業が必要か）

98.5%

スマホ所有率

4.4時間

平均利用時間/日

82%

SNS利用率

3人に1人

トラブル経験あり

※ 内閣府「青少年のインターネット利用環境実態調査」等を基にした参考値です

対象学年: 中学1～3年生 (学年に応じて事例をアレンジしてください)

授業時間: 50分 (1コマ)

テーマ: SNSとの付き合い方 / 情報リテラシー / ネットいじめ対策 / 著作権・肖像権

この指導案の特徴

生徒のリアルに即した内容

「LINEグループ」「TikTok」「推し活」など生徒の日常を題材にしています

台本+板書+用語注釈

セリフ例を読むだけで進行OK。ネット用語の注釈で先生も安心

考えさせる授業設計

クイズや事例検討で「自分ごと」として考えさせます

法的知識もカバー

著作権・肖像権・名誉毀損など、知らないと怖い法律知識も網羅

ページ構成

P.2 50分タイムライン・準備物・授業前の心構え

P.3 授業進行 [1] 導入+SNSとの付き合い方

P.4 授業進行 [2] 情報リテラシー (フェイクニュース・生成AI)

P.5 授業進行 [3] ネットいじめ対策

P.6 授業進行 [4] 著作権・肖像権+まとめ

P.7 先生のためのネット用語解説集 (25語)

P.8 生徒用ワークシート (コピー配布用)

50分タイムライン & 準備物

0:00 5分 導入

問いかけ「昨日スマホを何時間使った?」+統計データで自覚を促す

5:00 12分 パート1:SNSとの付き合い方

SNSの仕組み・公開範囲・デジタルタトゥー・炎上事例の検討

17:00 10分 パート2:情報リテラシー

フェイクニュースの見分け方・生成AIによる偽画像・情報の検証方法

27:00 10分 パート3:ネットいじめ対策

いじめの構造・加害者にならない&傍観者にならない・相談と証拠保存

37:00 8分 パート4:著作権・肖像権

著作権の基本・違法ダウンロード・肖像権・スクショ拡散の法的リスク

45:00 5分 まとめ・ワークシート

振り返り+「自分のSNSルール」を宣言

準備物チェックリスト

[必須]

- この指導案(印刷して手元に)
- 生徒用ワークシート(P.8を人数分コピー)
- 黒板 または ホワイトボード

[推奨]

- プロジェクター+PC(事例の画像を見せると効果的)
- スクリーンタイムの確認方法メモ(iPhone / Android)

授業前の心構え(重要)

- >> 「禁止」ではなく「賢く使う」というスタンスで。頭ごなしの否定は逆効果です。
- >> 生徒のほうがネットに詳しい場合があります。それは恥ずかしいことはありません。
「先生はこのアプリ使ったことないけど、大事なことは一緒に考えたい」でOKです。
- >> もし授業中に「自分もいじめられている」と打ち明ける生徒がいたら、
授業後に個別に話を聞き、スクールカウンセラーにつないでください。

授業進行 [1] 導入 → SNSとの付き合い方

0:00～5:00 導入(5分) 問いかけ+データ

「みなさんに質問です。昨日、スマホを何時間使いましたか？」
→ 挙手: 1時間未満 / 1～3時間 / 3～5時間 / 5時間以上

「実は、中学生の平均は1日4時間以上というデータがあります。」
「1日4時間ということは、1年間で約1,460時間。中学3年間で4,380時間。」
「これは、起きている時間の約4分の1をスマホに使っている計算です。」

「今日は、みなさんが毎日使っているスマホやSNSについて、
知っておくべき大切なことを一緒に考えましょう。」

【板書】中学生の平均スマホ利用時間 = 1日4.4時間 → 3年間で約4,400時間

5:00～17:00 パート1: SNSとの付き合い方(12分)

【板書】SNSの投稿 = 「世界中に向けた発信」(鍵アカでも安全ではない)

「SNSを使っている人は手を挙げてください。LINE、Instagram、TikTok、X、BeReal…」
→ ほぼ全員が手を挙げるはず

「SNSに投稿するとき、誰が見ているか考えたことはありますか？」
「鍵アカ(非公開アカウント)でも、フォロワーがスクショして拡散できます。」
「つまり、SNSに書いたことは、いつか誰にでも見られる可能性があるのです。」

【用語】鍵アカ(かぎあか)

投稿を承認したフォロワーにしか見せない設定のアカウント。ただしスクショでの拡散は防げない。

【事例で考えよう】ある高校生の実話をもとにしたケース

バイト先での面白動画をTikTokに投稿 → 1万回再生 → 店が特定される → バイトクビ
→ 動画がニュースサイトに転載 → 本名・学校名が特定される → 大学推薦取り消し
「たった1本の動画」が人生を変えてしまった。ネットに載せたものは消せない。

【板書】デジタルタトゥー = ネットに残り続ける「消えない傷跡」

「5年後、10年後の自分が見ても恥ずかしくない?と投稿前に考えてみてください。」
「就職活動のとき、企業の採用担当者はSNSをチェックしています。実際にあった話です。」

【用語】デジタルタトゥー

ネットに投稿した情報が完全削除できず半永久的に残ること。就職・進学に影響するケースが増加。

17:00～27:00 パート2:情報リテラシー(10分)

[板書] ネットの情報は「疑ってから信じる」→ウラを取る習慣

「みなさんはニュースをどこで見ますか?テレビ?ネット?SNS?」
→生徒の回答を聞く。おそらくSNSやYouTubeが多い

「実は、SNSで流れてくる情報の中には、意図的に作られたウソの情報があります。」
「フェイクニュースといいます。なぜウソの情報を流すのか?」
「理由はいろいろ:お金儲け(アクセス数を稼ぐ)、政治的な目的、いたずら…」

[用語] フェイクニュース

意図的に作られた虚偽の情報。SNSで拡散されやすく、本物のニュースと見分けがつきにくい。

[2026年の新しい問題] 生成AIによるフェイク画像・動画

- AIを使えば、実在の人物の顔を使った偽動画(ディープフェイク)が数分で作れる時代
- 有名人のフェイク動画が投資詐欺の広告に使われる事件が多発
- 同級生の顔写真を使った不適切な画像を生成する事件も発生している
- 「本物に見える=本物」ではない。画像や動画も疑う力が必要

[用語] ディープフェイク

AIが作った精巧な偽動画・偽画像。実在の人物の顔や声をリアルに再現できてしまう技術。

[板書] 情報チェックの3ステップ:(1)誰が言っている? (2)元の情報源は? (3)他でも報じている?

「フェイクニュースを見抜く方法を3つ覚えてください。」

- 「(1) 誰が発信している? → 公式アカウントか、知らないアカウントか」
- 「(2) 元ネタはどこ? → 新聞社やテレビ局の元記事があるか確認」
- 「(3) 他のメディアでも報じている? → 1つの情報源だけなら要注意」

「特に、感情を強く揺さぶる情報(怒り、恐怖、感動)ほど拡散されやすく、フェイクの可能性が高いです。"怒りを感じたら、まずシェアしない"が鉄則です。」

[用語] ファクトチェック

情報が事実かどうかを検証すること。日本では「日本ファクトチェックセンター」などが活動している。

[クイズ] 次のうち、フェイクニュースを見分けるヒントはどれ?

- A. 写真がきれいかどうか
 - B. いいねが多いかどうか
 - C. 複数の信頼できるメディアが報じているか
- 正解:C いいね数や写真のクオリティは信頼性と関係ありません

授業進行 [3] ネットいじめ対策

27:00～37:00 パート3: ネットいじめ対策(10分)

【板書】 ネットいじめ = 24時間365日、逃げ場がない。画面の向こうに「人」がいる

「ここからは少し重い話をします。ネットいじめについてです。」
「ネットいじめは、学校が終わっても、家に帰っても、寝る時間になっても続きます。」
「LINEグループで悪口を言われる。裏アカで悪口を書かれる。
写真を勝手に加工されて拡散される。グループから無言で外される。」
「これらは全て"いじめ"であり、法律違反になることもあります。」

【用語】 裏アカ(うらあか)

本名や日常的に使うアカウントとは別に、匿名で作るSNSアカウント。悪口の温床になりやすい。

【板書】 いじめの3つの役割 → 全員が関係者

加害者にならない

- 軽い気持ちの悪口も相手には深い傷になる
- 匿名でも特定される
- 名誉毀損・侮辱罪になることもある

被害者を守る

- スクショで証拠を保存
- 信頼できる大人に相談
- ブロック・通報を活用
- 「自分が悪い」と思わなくていい

傍観者にならない

- 見て見ぬふりも加担
- いいねを押す=同調
- 先生や大人に知らせることは「チクリ」ではなく「助けること」

「ここで覚えてほしいことがあります。」
「いじめを見つけたら、先生や大人に知らせてください。」
「"チクリ"じゃないか、と思うかもしれませんが、でもこれは"助けること"です。」
「もし自分が被害にあったら、証拠をスクショで残して、必ず大人に見せてください。」

【法律の知識】 ネットいじめは犯罪になりえます

名誉毀損罪(3年以下の懲役)/ 侮辱罪(1年以下の懲役)/ 脅迫罪 / 児童ポルノ禁止法違反
※ 中学生でも14歳以上は刑事責任を問われる可能性があります(少年法の適用あり)

相談先を板書:(1) 担任・学年主任 (2) スクールカウンセラー (3) 24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310
(4) 法務局の子どもの人権110番 0120-007-110 (5) 警察 #9110

授業進行 [4] 著作権・肖像権 → まとめ

37:00~45:00 パート4:著作権・肖像権(8分)

[板書] 著作権 = 作った人の権利。音楽・イラスト・写真・文章、すべてに著作権がある

「好きなアーティストの曲をSNSのストーリーに載せたことはありますか？」
「推しのイラストをSNSアイコンにしていますか？」
「実はこれらは、著作権法に違反する可能性があります。」

--- これって違法?クイズ ---

- Q1. 好きな曲を動画のBGMに使うってTikTokに投稿
→ 違法の可能性あり(TikTokは一部楽曲のライセンス契約あり。それ以外はNG)
- Q2. 漫画のページをスマホで撮影してSNSに投稿
→ 違法(著作権侵害。「みんなに広めたかった」は理由にならない)
- Q3. 友だちの写真を無断でSNSに投稿
→ 肖像権の侵害(本人の許可なく他人の顔写真を公開してはいけない)
- Q4. 映画やアニメの違法アップロードサイトで視聴
→ 視聴だけでも違法になる場合がある(2021年法改正)

[用語] 著作権(ちよさくけん)

創作物(音楽、イラスト、写真、文章、動画等)を作った人に自動的に発生する権利。無断使用は違法。

[用語] 肖像権(しょうぞうけん)

自分の顔や姿を無断で撮影・公開されない権利。法律に明文化されていないが判例で認められている。

「大切なのは、「ネットにあるもの=自由に使っていい」ではないということ。」
「誰かが作ったものには、必ず作った人の権利があります。」

45:00~50:00 まとめ・ワークシート記入(5分)

「今日の授業で学んだことを4つにまとめます。」

- 「(1) SNSの投稿は消せない。5年後の自分が見ても大丈夫か考えよう。」
「(2) 情報はうのみにしない。「誰が・なぜ」を考えるクセをつけよう。」
「(3) ネットいじめは犯罪。見つけたら大人に知らせることは「助けること」。」
「(4) 他人の作品には権利がある。勝手に使わない。」

「では、ワークシートを配ります。今日学んだことと、
自分のSNSルールを書いてみてください。」

[授業後のフォロー]

保護者向けに「親子で決めるネットのおやくそくシート」の配布もおすすめです。
1~2週間後にワークシートの「自分のSNSルール」を振り返る時間(5分)があると定着します。

先生のための ネット用語解説集(25語)

授業中の生徒の質問対応や保護者面談の際にお役立てください。

SNS LINE、Instagram、TikTok、X等。人と交流するサービス	ブロック 特定の人からの連絡を拒否する機能
鍵アカ 非公開設定のアカウント。スクショ拡散は防げない	通報 不適切な投稿をサービス運営に報告する機能
裏アカ 本アカウントとは別の匿名アカウント	著作権 創作物を作った人に発生する権利
デジタルタトゥー ネットに残り続ける消せない情報	肖像権 無断で顔写真を撮影・公開されない権利
炎上 不適切投稿が拡散され大勢から批判されること	名誉毀損 公然と人の名誉を傷つける行為。刑事罰あり
フェイクニュース 意図的に作られた虚偽のニュース	侮辱罪 公然と人を侮辱する行為。2022年厳罰化
ディープフェイク AIで作った精巧な偽動画・偽画像	課金 アプリやゲーム内でお金を払うこと
生成AI 文章や画像を自動生成するAI技術	Wi-Fi 無線のインターネット接続技術
ファクトチェック 情報の真偽を検証すること	VPN 通信を暗号化するサービス。制限回避にも使われる
フィッシング詐欺 偽サイトで個人情報をだまし取る手口	BeReal 1日1回の写真共有アプリ。中高生に人気
スクリーンショット 画面を画像として保存する機能。略称「スクショ」	Discord ゲーマー発のチャットアプリ。音声通話も可能
既読スルー メッセージを読んだのに返信しないこと	スクリーンタイム スマホ利用時間を確認・制限する機能
グループLINE LINE内の複数人でのトーク。退出トラブルも	

ネットリテラシーワークシート

～ SNS・情報・いじめ・著作権 ～

名前: _____

年 組 番 _____

日付: 月 日 _____

Q1. 自分のスマホ利用時間を振り返ろう

1日の平均利用時間:約 _____ 時間 _____ 分

「使いすぎかも」と感じることは: はい ・ いいえ

一番使っているアプリ: _____

Q2. 次の行動は OK? NG? 理由も書こう

(a) 友だちとの集合写真を自分のInstagramに投稿する

OK・NG → 理由: _____

(b) 拾い画(ネットで見つけた画像)をSNSアイコンに使う

OK・NG → 理由: _____

(c) 「あいつムカつく」とグループLINEに書く

OK・NG → 理由: _____

Q3. フェイクニュースを見分ける3ステップを書こう

ステップ1: _____

ステップ2: _____

ステップ3: _____

Q4. ネットいじめを見つけたら、あなたは どうする?

自分の SNSルール宣言

今日の授業をふまえて、自分が守る SNSルールを3つ書こう:

1. _____

2. _____

3. _____