


# 「オンライン授業」 事前チェックシート

鈴木敏恵（一級建築士・未来教育クリエイター）

アクティブで有効な知的活動となるために「視覚的なコミュニケーション」は大切。以下を事前に自己チェック☑しよう。

<p><b>通信・デバイス・空間</b></p>	<p><input type="checkbox"/> 通信（動画）が安定しているか → 場所[                          ]</p> <p><input type="checkbox"/> デバイス：写り込みないか、タブレットなど横向きに安定して置けたか（スタンド）</p> <p><input type="checkbox"/> 空間：できるだけ騒音の少ない、学習に集中できるスペースか</p> <p><input type="checkbox"/> 積極的な環境工夫・ドアに「ただいまオンライン授業中」の札掛ける、など</p>
<p><b>画面・映り方・安定</b></p> <p>.....</p> <p><b>課題 と 解決策</b></p> <p>↓</p> <p>画面の映り方がよくない</p> <p>↓</p> <p>カメラの高さ調節（ほぼ目の高さ）</p>	<p><input type="checkbox"/> 画面：自分の姿が（背景に窓や照明で逆光）で相手に見えにくくはないか</p> <p><input type="checkbox"/> 映り方：“自然な姿勢”で胸から頭の前まできっちり画面におさまっている</p> <p><input type="checkbox"/> 一定時間 画面に疲れず向かえる環境を確保している</p> <p>.....</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="478 801 861 952"> <p><b>よくない映り方</b>              頭の上と天井（照明）しかカメラが捉えていない              逆光で表情が見えない</p> </div> <div data-bbox="1069 801 1452 952"> <p><b>よい映り方</b>              胸から頭の前までカメラが捉えている              表情や動きが見えやすい</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center; margin: 10px 0;">  <span style="font-size: 2em; margin: 0 10px;">×</span>  <span style="font-size: 2em; margin-left: 10px;">○</span> </div> <div style="display: flex; justify-content: center; align-items: center; margin: 10px 0;">  <span style="font-size: 3em; margin: 0 20px;">➡</span>  </div> <p>顔、視線下向き＝猫背の姿勢          疲れやすい・集中できない</p> <p>程よくリラックスしつつ、自然に視線は前方よい姿勢・疲れにくく、思考しやすい          （参考：建築資料集成／人間工学）          イスやカメラの「高さ、位置」を最適に調整する。          （姿勢だけ注意してもすぐに元に戻ってしまう。）</p> <p><b>解決策</b>          1-1 PC 高くする          ↓に台用表          する          タブレットやスマホの際も同様に「専用スタンド」等活用し目の高さに近付ける  <b>解決策</b>          イス下げる          高さ調整</p>
<p><b>意思疎通の工夫</b></p> <p>バリエーション</p>	<p><input type="checkbox"/> [画面の共有][チャット][反応]など ZOOM 機能を使える</p> <p><input type="checkbox"/> 機能に頼らない、複数の表現手段で、考えや気づき、情報を伝えられる</p> <p><input type="checkbox"/> スケッチブック、太字マーカー(黒・赤・青)の用意</p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px; margin: 10px 0;">    </div> <p><input type="checkbox"/> 表情・身振りを「高度コミュニケーションスキルシート」で自己トレーニングした</p>