

第6学年 体育科（保健領域）学習指導案

1 単元名

「病気の予防」

2 単元の目標

- 病気の起こり方や予防に関する基礎的な知識を理解することができるようにする。(知識)
- 病気の要因と課題を判断し、その解決の方法を考えたり、選んだりして、それらを伝え合うことができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- 病気の予防について関心をもち、学習活動に進んで取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

3 単元構成の意図

4～6年生は、毎年度初めに【自分手帳】を活用し、「健康な体づくり」や「健康な生活を送るため」の目標を親で考えている。また、学校では毎週1回「健康生活しらべ」により自分の生活をふり返り、健康な生活を送る意欲を持たせる機会としている。自己の健康課題に気づき、改善に向けた目標を立てているが、なかなか改善にはつながらない状態である。

本単元では、児童が自ら生涯にわたって健康的な生活を送るために、病気の発生要因や予防法を正しく理解し、具体的な健康の保持増進のための方法を考えたり、実践意欲を高めたりするような指導をしていきたい。

グループ活動により、意見を交わし合ったり、一緒に考えたりすることで、自分の生活習慣の課題に気づかせ、生涯健康な生活を送るために、今からできることは何なのかを考えさせたい。

4 単元の計画（総時数8時間）

時間	場面	学習活動	資質・能力
1	見通す	病気の起こり方について考える。	病気は「病原体」「環境」「生活行動」「体の抵抗力」が関わり合って起こることを理解する。(知)
2	考える	病原体が原因となって起こる病気の感染経路を知り、具体的な予防方法を考える。	感染症の予防には「病原体をなくす」「感染の道筋をたち切る」「抵抗力を高めておく」が必要だと気付く。(知)
3 本時	考える 対話する	生活習慣が起因となって起こる病気を知る。ロールプレイングにより、予防するためにはどのような生活をすればよいかを考えたり、話し合ったりする。	生活習慣に起因する病気について理解する。(知) 自分の生活をふり返りながら、望ましい生活習慣について考えている。(思・判・表)
4		喫煙・飲酒・薬物乱用の害を理解する。ロールプレイングにより、勧められた時の適切な対処方法を考えたり、話し合ったりする。	むし歯や歯周病の起こり方を知る。(知) 自分の生活習慣を改善しようとしている。(思・判・表)
5			喫煙・飲酒・薬物乱用は健康を損なう原因となることを知る。(知) 喫煙・飲酒・薬物乱用を勧められた場合の対処方法を考えたり、判断したりできる。(思・判・表)
6			
7			
8	振り返る	地域ではさまざまな保健活動が行われていることを知る。	地域で行われているさまざまな保健活動を知り、自分の生活に生かそうとしている。(知) (思・判・表)

単元を通して育成したい子どもの姿

病気の予防や回復について理解し、自分の生活のふり返りから自己の課題に気づき、健康な生活を送るための実践力を身に付ける。

5 本時のねらい

生活習慣病の原因と予防法を理解し、健康に良い生活習慣を身につけようとする事ができる。

6 学習過程

過程	学習活動・内容		○指導上の留意点 ◎研究主題にせまる手立て ◇評価
課題設定	<p>1 本時の学習課題を捉える。</p> <p>(1) 既習事項を確認する。 T：前の保健の学習では病原体に感染して起こる病気について勉強しました。今日は・・・</p> <p>(2) 日本人の死亡の原因の内訳を知るとともに、健康にとって生活習慣が大切なことを理解する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">生活習慣病を予防するには、どうすればよいでしょうか。</div>	<p>10分 (T1) 一斉</p> <p>(T2)</p>	<p>○生活習慣病について視覚的に理解しやすいよう、パワーポイントで説明する。</p>
課題解決	<p>2 生活習慣病にならないためには、今の生活をどうしたらよいか考える。 <グループで話し合い、発表する。></p> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>(1) とも君のような生活が、体に及ぼす影響を知る。 T：とも君のような生活を続けるとどうなる？ C：病気になる。 T：どんな病気になっちゃうの？ C：がん。心臓病。血管の病気。 T：それって、日本人の死亡の原因トップ3だったよね。</p> </div> <p>(2) 体の中で起こる影響を知る。 ① 正常な血管と病変血管 ② 脂肪の塊1kg</p> <p>3 自分の生活の改善方法を学習カードに記入し、発表する。</p> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px;"> <p>T：とも君このままだと大変なことになるね。みんなの生活はどう？将来、体をこわして死んじゃったりしないためにこれから直したいことを考えてごらん。 C：ゲームの時間を減らしたい。 T：なんで悪いの。 C：睡眠不足になるから。</p> </div>	<p>30分 (T1,2) グループ</p> <p>(T2)</p>	<p>○保健室に来室時の様子を教師がロールプレイングをし、身近なこととして考えるヒントにする。 ◎来室時の様子から、生活習慣病になる心配があると思うところを付箋紙に書いて貼りながら話し合う。 ◇グループの中で自分の考えを伝え合っているか。</p> <p>○視覚的教材を活用することによりより現実的な印象を与え、自分事として捉えさせる。</p> <p>○健康にとって問題となるところについて、とも君の生活の様子から自分の生活習慣を振り返る。</p> <p>◇学習した知識をもとに、生活習慣病の原因となる生活行動について、自分の生活をふり返り、課題をあげ改善策を記入したり、発表したりしているか。(学習カード・観察)</p>
振り返り	<p>4 本時のまとめをする</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>まとめ 適度な運動、栄養のかたよりのない食事、十分な休養・すいみんなど、健康に良い生活習慣を子どものころから身につけることが必要です。</p> </div>	<p>5分 (T1)</p>	

7 板書計画

めあて	生活習慣病を予防するには、どうすればよいでしょうか？	Tくんの生活の問題点は？	こんな生活を続けていると？
まとめ	適度な運動、栄養のかたよりのない食事、十分な休養・すいみんなど、健康に良い生活習慣を子どものころから身につけることが必要です。	<p><児童の考え></p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動 ・食事 ・十分な休養・すいみん 	<ul style="list-style-type: none"> ・血管の変化 ・肥満