

第3学年 体育科（保健）学習指導案

1 単元名 けんこうな生活

2 単元の目標

- (1) 健康な状態は、主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること、健康の保持増進には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることや体の清潔を保つようにすること、明るさの調節、換気などの生活環境を整えることについて、理解することができるようにする。 (知識及び技能)
- (2) 健康な生活について、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現することができるようにする。 (思考力、判断力、表現力等)
- (3) 健康な生活について、健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組む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

本学級の児童は、毎週実施している健康生活調べの結果によると、洗顔、歯みがき、ハンカチの所持は守っている割合が100%で、清潔に過ごすことを意識して生活している。しかし、手を洗う時に石けんを使わない児童やトイレ後の手洗いができていない児童もみられる。

本単元では、健康の状態は、主体的要因や周囲の環境の要因が関わっていることを理解し、健康の大切さを認識できるようにすること、健康の保持増進には、食事、運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けること、体の清潔を保つこと、明るさの調節、換気などの生活環境を整えることが必要であることを理解できるようにすることを目指して構成されている。

そこで、今回は手洗い実験を行い、水だけでは汚れが落ちないことに気付かせたい。手の汚れから体や衣類の汚れについても理解できるようにし、体を清潔に保つ大切さの意識をさらに高めるようにしたい。また、体を清潔に保つために自分でできることを考えるを通して、健康な生活を送るために自分でできることを実践する意欲を高めることができるように考える。

4 単元の学習計画

時間	場面	学習内容(夢中になって学んでいる姿)	資質・能力等
1	見通す	・健康な状態について考えている。	・健康な状態は、主体の要因と周囲の環境の要因が関わっていることを理解している。(知・技) ・健康の大切さに気付き、毎日の生活と健康についての学習に進んで取り組もうとしている。(態)
2 本時	考える	・健康に過ごすには、体の清潔を保つ大切さを確認し、体を清潔に保つために自分でできることを考えている。	・健康の保持増進には、体の清潔を保つことの必要性を理解している。(知・技) ・体を清潔に保つために自分でできることを考えている。(思・判・表)
3	考える	・健康に過ごすには、運動、食事、休養及び睡眠の調和が大切であることを確認し、自分の生活を振り返り、課題を見付け、解決策を考えている。	・健康の保持増進には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活が必要であることを理解している。(知・技) ・自分の生活を振り返りながら、よりよい生活の仕方について考えている。(思・判・表)
4	考える	・健康に過ごすには、明るさの調節、換気などの生活環境を整える必要があることを理解している。	・健康の保持増進には、明るさの調節、換気などの生活環境を整える必要があることを理解している。(知・技)



単元を通して育成したい児童の姿

自分の生活を見直すことを通して、健康な生活を送るために自分でできることを実践する姿

5 本時における保健の見方・考え方を働かせた学びの姿

- 体の清潔について課題を見付け、よりよい解決に向けて考える姿

6 本時の研究の視点

【見方・考え方を働かせながら学びを自分事として捉える指導の工夫】

- 手洗いの実験で手の汚れを可視化することで、自分に関係ある課題であることの意識を高める。

【学びの連続性につながる振り返り】

- 自分の生活を振り返るために、自分の生活と関連付ける設問を設定したワークシーートの工夫。

7 本時のねらい

健康に過ごすためには、体や衣服を清潔にすることが必要であることが分かる。

8 学習過程（2/4）

段階	学習内容・活動	時間	○教師の支援 ※評価（方法） 改善策
課題設定	1 本時のめあてをつかむ。 (1) 毎日の生活で体を清潔にするために行っていることを振り返る。 (2) めあてを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">なぜ、体をせいけつにするの？</div>	5 (T2)	○ 普段の生活でしていることを確認して、本時の課題につなげる。 ○ 清潔とは、「汚れていない状態である」こと、清潔にするとは、「きれいにする」ことを確認する。
課題解決	2 手洗いの実験をする。 (1) 水だけで手を洗う。 ① ローションを手につける。 ② 手を洗う。 ③ 手洗いチェックを行い、記録する。 (2) 石けんをつけて手を洗う。 ① 手を洗う。 ② 手洗いチェックを行い、記録する。 (3) 感想を発表する。	20 (T1)	○ 普段の洗い方でおこなうよう促す。 ○ 2つの実験結果をワークシートに記入することで、違いがよく分かるようにする。 ○ ブラックライトによって青白く光ったところを記録させ、水だけでは汚れがよく落ちないことに気付くようにする。 ○ ここでは手洗いの仕方の工夫が必要なことには軽くふれ、汚れが落ちることを確かめることができるようにする。
	3 手や体を洗う理由を考える。	10 (T1)	<div style="background-color: yellow; border: 1px solid black; padding: 5px;">★ 問い返しを行い、毎日の生活で当たり前に行っている清潔にする理由を意識できるようにする。</div> ○ 悪い例を提示し、汚れをそのままにしておくと菌が増え、体に入ると病気になる可能性が高まることを気付くようにする。

	4 下着や衣服を毎日交換する理由を考える。		○ 資料を提示し、衣服にも見えない汚れがあるため、着替えやハンカチを身に付ける必要があることを説明する。 ※ 健康に過ごすには、体を清潔にする必要性を理解することができたか。 (観察・ワークシート)
振り返り	5 本時の学習をまとめる。 ・ 自分の生活を振り返り、自分でできることを記入し、発表する。 ○ 石けんをつかって手を洗う。 ○ あせをかいたら着がえる。 ○ お風呂に入って体をきれいにする。 体をせいけつにすると、病気になりにくく、けんこうにすごせる。	10 (T1)	○ 清潔を保つために自分でできることを考えるよう話す。 ★ 自分の生活を振り返られるように具体例を提示する。友達の考えを聞いて意見を交流する。 ※ 体の清潔について自分でできることを考えることができたか。 (観察・ワークシート)

9 板書計画

め なぜ、体をせいけつにするの？

体をせいけつにすること

手あらい

はみがき

きがえ

つめ切り

にゆうよく

ハンカチ

うがい

手洗い実験の予想

よごれがおちた

かわらない

よごれがおちない

手や体を洗う理由

- ・ べたべたするから
- ・ 病気になるから

→目に見えないよごれがある。

下着や衣服を毎日交換する理由

- ・ いやなおいがするから
- ・ きたないから

→目に見えないよごれがある。

ま 体をせいけつにすると、病気になりにくく、けんこうにすごせる。