第　学年　組　　保健学習指導案

令和　年　月　日（　）

指導者　　　○○　○○

１　単元名　○○○○○○○○○○○

２　授業づくりの構想

（１）単元観　　　　　　　　　　　　　　　　　（２）児童の実態

教材に関する児童の興味や関心などの実態，既習事項，アンケート結果，これまでの学習の様子などについて記入する。

　保健領域では，その教材に関連する一般的実態，現代的課題，学習する必要性，学習することによる効果等々について記述する。

※当該学年の内容を太枠で囲んでください。中学校の内容も記載する。

（３）学習内容の系統性

保健分野

（２）健康についての自他の課題を発見し，よりよい解決に向けて思考し判断するとともに，他者に伝える力を養う。

Ｇ保健

（１）健康な生活について，課題を見付け，その解決をめざしてた活動を通して，次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア　健康な生活について理解すること。

イ　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。

Ｇ保健

（１）心の健康について，課題を見付け，次の事項を身に付けることができるよう指導する。

　ア　心の発達及び不安や悩みへの対処について理解するとともに，簡単な対処をすること。

イ　心の健康について，課題を見付け，その解決に向けて思考し判断するとともに，それらを表現すること。

第５，６学年

第３，４学年

中学校

関連する保健指導・教科等

・学級活動，道徳，学校行事，総合的な学習の時間等の中から，関連する指導，事項等を箇条書きで列挙する。

（例）・むし歯の予防（学級活動），いのちのリレー（学級活動），宿泊学習（学校行事），･･･

※単元の目標は，「わたしたちの保健」指導書に記載されている目標を抜粋する。

（４）単元の目標

※保健の目標の項目は「知識」，「思考力，判断力，表現力等」，「学びに向かう力，人間性等」と記載する。ただし，５年の「心の健康」と「けがの防止」は，「知識及び技能」と記載する。

（５）学びへの働きかけ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 身近な生活における課題の明確化 | 原則や概念に迫る工夫 | 行動化や環境づくりにつなげる工夫 |
| 〇普段の食事で摂取しているであろう食品の油，塩，砂糖の実際の量を提示し，その量の多さから食生活の改善の必要性を考えさせる。 | 〇養護教諭と連携し，日常の生活習慣が重大な疾病につながることを明確にし，自己の生活を振り返る機会を設ける。 | 〇事後１週間の生活チェックを実施し，実際に意識して生活することを経験させる。※学習過程の工夫として，「健康課題の明確化」，「原則や概念に迫る工夫」，「行動化や環境づくりにつなげる工夫」について指導者の思いを明記する。 |

（６）単元の流れ及び評価の計画

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | １ | ２ | ３（本時） | ４ | ５ | ６ | ７ | ８ |
| 主なねらい | 病気は，病原体，体の抵抗力，生活行動，環境が関わって起こることを理解する。 | 病原体がもとになって起こる病気の予防や体の抵抗力を高めておくことの必要性を理解する。 | 生活習慣病の予防には健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを理解する。 | むし歯や歯周病の予防には，口腔の衛生を保つなどの生活習慣を身に付ける必要があることを理解する。 | 喫煙については，呼吸や心臓の働きに対する負担などの影響が現れることを理解する。 | 飲酒については，判断力が鈍る，呼吸や心臓への負担などの影響が現れることを理解する。 | 薬物乱用については，心身に深刻な影響を及ぼすことを理解する。 | 人々の健康を守るために，健康や生活習慣にかかわる情報提供や活動が行われていることを理解する。 |
| 学習活動 | ・病気の起こり方について，自分の生活や体験をふり返りながら，話し合う。・病気の起こり方について理解したことをまとめる。 | ・病原体がもとになって起こる病気の予防について，自分の体験をふり返りながら，グループで調べたり，話し合ったりする。 | ・生活習慣病の原因と予防についてグループで話し合う。・生活習慣病の予防のために，これからの自分はどのように生活していくのか考える。※評価の計画の表記を「知」，「思」，「態」とする。 | ・歯科検診の結果や実験結果をもとに，むし歯や歯周病の予防について考える。・自分の生活をふり返りながら，予防の方法を話し合う。 | ・煙の実験を行い，喫煙の害について理解する。・喫煙を進められた時にどう対処するか考える。 | ・アルコールの実験を行い，飲酒の害について気付いたことをグループで話し合ったり，まとめたりする。 | ・薬物乱用教室を活用し，薬物使用の恐ろしさについて理解する。・薬物乱用の害について，理解したことをまとめる。 | ・地域の保健活動について調べたことを発表し合う。※１時間における評価の観点は，原則として１，多くても２とする。単元全体を通じて，全ての観点を網羅できるように計画する。 |
| 評価の計画 | 知 | ① | ② | ③ |  | ④ | ④ | ④ | ⑤※評価の計画には，具体的な評価基準に記載してある○番号が全て当てはまるようにする。 |
| 思 |  | ① | ② |  | ① | ① |  |  |
| 態 | ① |  |  | ② |  |  | ② | ③ |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 　具体的な評価規準 | 知識 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| ①病気の起こり方について理解したことを言ったり，書いたりしている。②病原体が基になって起こる病気の予防について理解したことを言ったり，書いたりしている。③生活行動がかかわって起こる病気の予防について理解したことを言ったり，書いたりしている。④喫煙，飲酒，薬物乱用と健康について理解したことを言ったり，書いたりしている。⑤地域の様々な保健活動の取組について理解したことを言ったり，書いたりしている。※知識の文末表記は、「～している。」とする。技能の文末表記は、「～できる。」とする。 | ①病気の予防について，教科書や調べたことを基に，課題の解決の方法を見つけたり，選んだりするなどして，それらを説明している。※保健の評価の項目は「知識」，「思考・判断・表現」，「主体的に学習に取り組む態度」と記載する。ただし，５年の「心の健康」と「けがの防止」は，「知識・技能」と記載する。②病気の予防について，学習したことを自分の生活と比べたり，関係を見つけたりするなどして，それらを説明している。 | ①病気の予防について，教科書や資料などを見たり，自分の生活をふり返ったりするなどの学習活動に進んで取り組もうとしている。②病気の予防について，課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。※具体的な評価規準は，「わたしたちの保健」指導書に記載されていることを抜粋する。③地域の保健にかかわる様々な活動について家族などの体験や配布資料をもとに話合いや発表に進んで取り組もうとしている。※主体的に学習に取り組む態度の文末表記は、「～しようとしている。」とする。 |

**３　本時の学習（３／８）**

（１）目標　　・**生活習慣病の予防についての望ましい生活習慣が分かり，理解したことを書いたり発表できたりすることで知識を身に付けることができるようにする。【知識】**

**・生活習慣病を予防するためのよりよい生活について考えたり，自分の生活と比べたりして，よりよい生活について説明する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，課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動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】

（２）準備　　　掲示物，パソコン，血管の実験用具，食料品，ワークシート，ホワイトボード，ペン

※目標は全観点書きますが，本時，特に評価する項目は太字で記載する。

児童のつぶやき

核となる言葉かけ

言葉かけ・教え合い

（３）展開

|  |  |
| --- | --- |
| 学習活動※「児童のつぶやき」は，想定されるつまずきや困り感，次なる活動（めあて）への意欲等を記載する。※「言葉かけ・教え合い」は，それを克服するような文言を書く。 | ○指導上の留意点・支援　　★評価（方法） |
| １．死亡原因グラフから生活習慣病について知り，その原因について考える。食事のせいかな。どんな食生活だとこんな血管になるのかな。動脈硬化症説明モデル，断面レリーフ付：画像C:\Users\kazuhiro\Pictures\2014-08-21 保健イラスト\保健イラスト 001.jpg病原体が原因の病気は，死亡原因に無いぞ。血管や血液がつまっていくような生活とは，どんな生活行動なのだろう。Ａさんの食生活の様子から自分の食生活を見直そう。２． 学習課題を把握する。食事や運動や規則正しい生活が生活習慣病に大きく関わっているんだね。Ａさんの食生活の変えなければいけないところはどんなところだろうか。※本時の目標（特に評価する項目），めあて，評価の整合性を確認する。なお，特に評価する項目が２つある場合には，それらを網羅するようなめあてを設定することが望ましい。３．Ａさんの1日の生活の様子から食事の脂質，塩分，糖分について調べる。おやつやカップ麺に脂質，塩分，糖分が多く含まれているな。Ａさんの食生活は，変えないといけないよな。塩分や脂質の適正量は思ったより少ないな。C:\Users\itai_yu\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\IMG_1352.JPGＡさんは炭水化物を摂りすぎだな。夜食を食べると体に良くないね。４．Ａさんの生活を振り返り食生活の改善策を考える。おやつを食べるのもいいけど，食べ過ぎはダメだね。 ５．グループでおすすめの生活を発表する。生活習慣病を予防に食生活は大きく関わっているんだね。糖分，塩分，脂質が多いおやつに気を付ける必要があるよ。３食バランスのよい食事をとることが大切だね。６．自分の食生活を振り返る。バランスの良い食生活をし，子どものうちから良い生活習慣を意識する。食事のバランスを意識して食べないといけないな。おやつの量や内容を調整しないといけないな。※本時，特に評価する項目でないものも，どの場面で評価を意識しているか★【○○】として記載する。 | ○前時までの学習内容を想起するとともに，生活習慣病の原因や予防への興味や関心を高める。○がんの若年齢化，治療法の多様化などについて，養護教諭から詳しく説明をする。※指導案中には，本時で扱う資料等を可能な限り掲載する。○血管をイメージした器具を使用し実験を行うことで，動脈硬化のイメージを視覚的に分かりやすくする。○生活習慣（食事・運動・規則正しい生活）が動脈硬化に大きくかかわっていることを確認する。そして，Ａさんの食生活から，特に食事に視点を当てて学習を進めていくことを確認する。○栄養成分表から，Ａさんの食事の脂質・塩分・糖分を調べる。※「核となる言葉かけ」は，その時間の核となる学習内容に照らし合わせ，児童の思考力を促し，言語活動に結びつくような言葉を検討・吟味する。○それぞれの栄養の適正量について養護教諭が説明し，何気なく食べている食品が多くの脂質・塩分・糖分を含んでいることに気づかせる。○Ａさんの食生活をどのように改善していけばよいかをもとに，グループで話し合い，「Ａさんにおすすめの食生活をアドバイスしよう」という観点で考えていく。○まずは個人でおすすめの生活を考えワークシートに記入していく。その後，グループでおすすめの生活を考える。○数グループを全体の前で紹介し，おすすめする健康によい食生活について子どものころからよい生活習慣を身に付けることが必要であることにも触れる。★生活習慣病の予防についての望ましい食生活が分かり，理解したことを書いている。【知識】（話合い・ワークシート）○自分の食生活を振り返り改善点を考え，よりよい食生活を送るためにどのような生活を心がけていくのかを記入する。★生活習慣病を予防するためのよりよい食生活について考え，自分の生活と比べたりして説明しようとしている。【思考・判断・表現】（ワークシート）★【主体的に学習に取り組む態度】 |