

令和4年7月7日（木）

指導者 西川 耕司

1 単元名 毎日の生活とけんこう ～けんこう達人になろう！～

2 授業づくりの構想

(1) 單元觀

近年、ライフスタイルの多様化や食生活の変化、少子高齢化による生活様式の変化、ICT機器やインターネットの進歩、SNSの普及、コロナ禍での生活など、児童を取り巻く社会環境は著しく変化している。それに伴い、児童の基本的生活習慣の乱れがこれまで以上に見られるようになり、さらに今後も厳しい状況が予想される。自分の将来の夢や目標を実現させるためには、まず、体や心を健康に保つことが大切である。毎日の生活習慣と健康の関わりについて正しい知識を身に付け、自分の生活習慣について課題意識を持ちながら、自分自身を見つめ直したり改善に向けて考えたりし、望ましい生活習慣を形成していくことができるようにしたい。

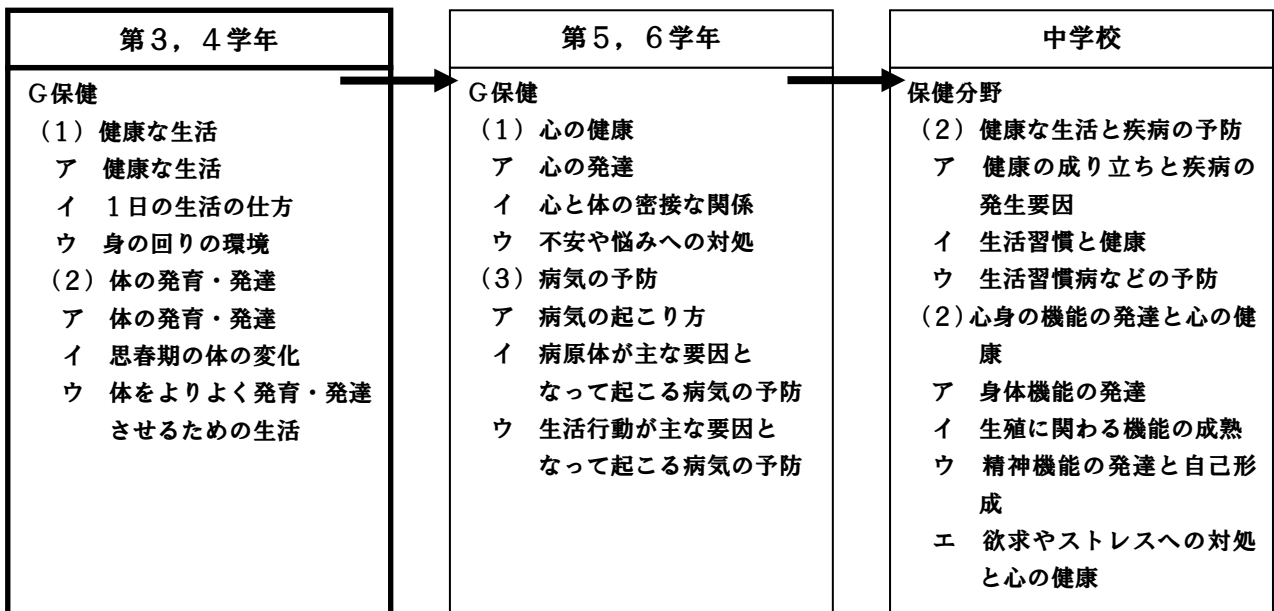
(2) 児童の実態

本学級の児童（男子14名、女子14名）は、校庭や体育館で体を動かして遊ぶ児童が多い。児童の基本的な生活習慣に着目すると、手洗いやうがいなど、しなければならないことは理解していても、積極的に取り組まない児童もいる。手洗いの指導は、新型コロナウイルス感染防止対策の観点からも担任から日々指導を受けているが、継続することが難しく、健康意識の低さが伺える。

また、就寝時間が遅くなったり、ゲームをする時間が長くなったりしている児童もいて、家庭での基本的生活習慣も様々である。

食事については、朝食はほとんどの児童が食べているものの、給食の量を調節しないといけない児童もいる。さらに、ハンカチを持って来ていないこともあるという実態など、よりよい生活習慣が身についている児童と、そうでない児童の差が大きい。

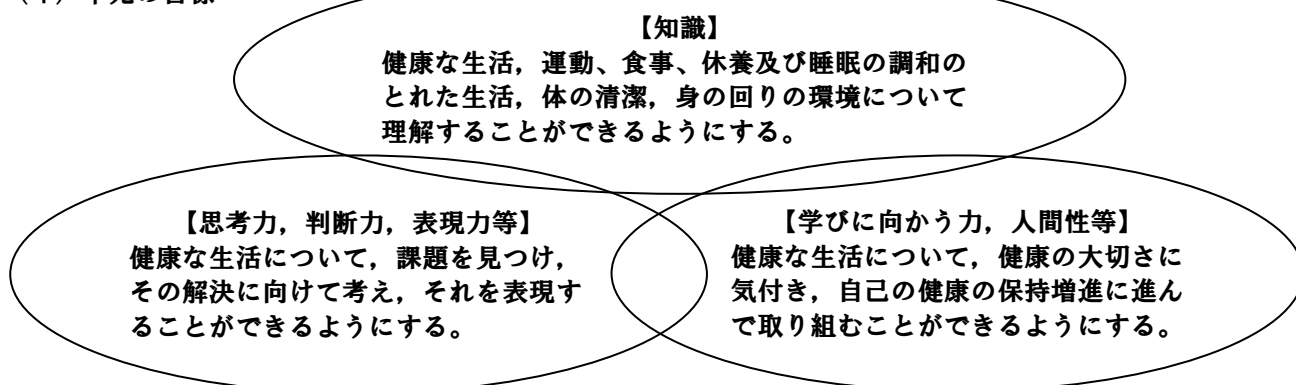
(3) 学習内容の系統性



関連する保健指導・教科等

- ・保健指導（むし歯予防、規則正しい生活習慣等）
- ・健康ウィーク
- ・定期健康診断
- ・栄養指導（バランスの良い食事等）
- ・メディア週間

(4) 単元の目標



(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
○体や衣服やハンカチを、なぜ清潔に保つことが必要なのかを考え、自らの生活から課題を見つけ、日常生活の改善の必要性を考えさせる。	○養護教諭と連携し、日常生活習慣が健康を維持していくこと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。	○食事後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。

(6) 単元の流れ及び評価の計画

	1	2	3 (本時)	4
主 な ね ら い	- 健康な状態には、心や体の調子が良い状態であることを理解できるようにする。 - 健康の大切さに気づき、自己の健康に関心を持ち、進んで学習に取り組むことができるようにする。	健康の保持増進には、1日の生活の仕方が深く関わっており、生活リズムに合わせて運動、食事、休養及び睡眠をとることの必要性について理解できるようにする。	健康の保持増進に向けて、「体のせいけつ」に関わる事象から課題を見つけ、健康な生活を目指す視点から解決の方法を考え、伝えることができる。	「けんこうによい部屋」に関わる事象から課題を見つけ、健康な生活を目指す視点から解決の方法を考え、伝えることができるようにする。 - 自己の健康に関心を持ち、健康の保持増進のために進んで学習に取り組むことができる。
学 習 活 動	- 自分の健康のもとについて考える。 - 自分の生活を振り返る。 - 健康に大切なことは何か考える。 「けんこう」とはどのようなものかをまとめ、自分が健康かどうかを考える。	- 健康な生活を送るために、心がけていることについて振り返る。 - 教科書の資料をもとに、体調が悪い日があるのはなぜか考える。 - 自分の生活リズムについて振り返り、見直す。	- 体を清潔にするために気を付けていることについて自分の生活を振り返る。 - 手や体、衣類の汚れを調べてみる。 - 体を清潔にするために、これから気を付けていくことや自分にできることを考える。	- 健康に良い部屋について自分の生活で気を付けていることについて振り返る。 - 健康に良い部屋とそうでない部屋を比べ、心や体の調子がどのように変わるのかを調べる。 - 単元全体を振り返り、これからの生活に役立てたいことを考え、発表する。
知	①	②		
思			①	②
態	①			②

	知識	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
具 体 的 な 評 価 規 準	①心や体の調子が良いなどの健康状態は、主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていることを理解している。 ②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送ること、体の清潔を保つこと、身の回りの環境を整えることの必要性について理解している。	①健康な生活について課題を見つけている。また、その課題の解決に向けて考えるとともに、それを表現している。 ②毎日の生活と健康について、健康に過ごすための方法を考えているとともに、考えたことをワークシートに書いたり、発表したりして友達に伝えている。	①健康の大切さに気づき、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。 ②毎日の生活と健康について、健康の大切さに気づき、自己の健康の保持増進に進んで取り組もうとしている。

3 本時の学習 (3/4)

- (1) 目標
- ・健康の保持増進には、手や足などの清潔、ハンカチや衣類などの清潔に保つことが必要であることを理解できるようにする。【知識】
 - ・「体のせいけつ」に関わる事象から課題を見つけ、健康な生活を目指す視点から解決の方法を考え、それを伝えることができるようにする。【思考力、判断力、表現力等】
 - ・「体のせいけつ」について、健康の大切さに気付き、自己の健康に感心をもち、健康の保持増進のために進んで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、手洗いチェッカー、iPad、けんこう達人カード
- (3) 展開

学習活動	○指導上の留意点・支援 ★評価 (方法)
1. 事前アンケートの結果を提示する。 日常生活の中で、体や身のまわりをきれいにするために行っていることを提示する。 ・歯磨き ・手洗い ・うがい ・お風呂で体を洗う ・下着をかえる 2. 手洗いチェッカーを使って、手に汚れを調べるために実験をする。 3. 学習課題を把握する。 けんこう達人になるために、せいけつにすることが、なぜ大切なのかを考えよう。 4. 正しい手洗いの仕方を確認し、手についた見えない汚れを示す。 あらってない手 細きんがいっぱい。 水であらった手 細きんがのこっている。 石けんであらった手 ほとんど細きんのこっていない。 5. 手以外でも、汚れが残しやすいところはどこか考える。 頭・顔・手・足は汚れがつきやすいよ。 顔も毎日洗うから、顔も汚れやすいんじゃないかな。 汚れだけでなく、においも出てしまうよ。 6. なぜ、体や服を清潔にし続けたいといけなのを考える。 清潔って、気をつけることがたくさんあるんだね。 夏はよく汗をかくから、こまめに着替えるようにしよう。 菌やカビも、清潔にしていたらけんこうでいられるね。 7. 学習のまとめをし、今日からがんばっていきたいことを書く。 体をせいけつにするのは、きん・カビ・においをおさえるため。体やふくをせいけつにしておくと、びょう気をふせぎ、けんこうにすごすことができる。 特に給食の前は、丁寧に手洗いをしよう。 毎日ハンカチを持って来よう。 体の汚れが残しやすいところを丁寧に洗おう。	○アンケートを掲示し、児童が健康について関心があることに視覚的に触れる。 ○手洗いチェッカーを用いて、手を洗った児童と洗っていない児童の比較をし、手に見えない汚れがあることを意識させる。 ○【養護】タブレットで撮影し、手に残った汚れを大きく示す。 ○「せいけつ」の意味をおさえ、本時のめあてを提示する。 ○【養護】掲示物で、手に残った見えない細菌を視覚的に示す。 ○【養護】正しい手洗いの仕方を確認し、手についた見えない汚れを示し、石けんをつけてこすり洗いをすることが大事だと伝える。 ○【養護】手を洗わなかったら、どんなことが起きてしまうかを伝える。 ○子どもの絵を用いて、汚れやすいところにシールを貼る活動を通して、視覚的に分かるようにする。 ○なぜ、汚れやすいのかを考えながら聞くよう、指示する。 ★健康の保持増進には、手や足などの清潔、ハンカチや衣類などの清潔に保つことが必要であることを理解できるようにする。【知識】 (グループ活動・ワークシート・発言) ○【養護】服や下着の汚れ、体や服に残った菌の掲示物を見せることで、清潔にしようとする意識をもたせる。 ○汚れや菌、臭いを放っておくとどんなことが起きてしまうかを伝える。 ○教師の話や板書を通して、体を清潔に保つ上での自分自身の課題とその解決策を考えさせる。 ○書き方の例を示したり、かけた児童に発表をさせたりすることで、課題や解決策が思い浮かばない児童にとって参考となるようにする。 ★「体のせいけつ」に関わる課題と解決策を考え、けんこう達人カードに書いている。【思考・判断・表現】(ワークシート)

