

第 学 年 組 保 健 学 習 指 導 案

令和 年 月 日 ()

授業者 ○○ ○○

1 単元名 ○○○○○○○○○○○○

2 授業づくりの構想

(1) 単元観

(2) 児童の実態

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。	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。
--	--

※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

第3, 4学年	第5, 6学年	中学校
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。	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。

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)、…

(4) 単元の目標

※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。

【知識】

※ ~することができるようにする。

【思考力, 判断力, 表現力等】

※ ~することができるようにする。

【学びに向かう力, 人間性等】

※ ~することができるようにする。

※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
○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。	○養護教諭と連携し、日常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。	○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体験させる。

※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	9
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。	病原体がもたせ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な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	・病原体がもたせ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	・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、これから自分は何をすればよいかを話し合う。	・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。 ・自分の歯をふり返りながら、予防方法を話し合う。	・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を話し合う。	・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う。 ・薬物乱用の害について話し合う。	・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話し合う。	・地域の保健活動について調べたことを発表し合う。	
評価の計画	知 ① 思 態 ①	② ①	③ ②		④	④	④	⑤	

※評価の計画の表記を「知」、「思」、「態」とする。

※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。

	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病気の起こり方について理解し	①病気の予防について、教科書や	①病気の予防について、教科書や
	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を言ったり、書いたりして	③自分の生活と比べて、	③課題の解決に向けての話し合いや発表
	④喫煙、飲酒、薬物乱用と健康について理解したことを言	④	④

※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。

※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。

※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。

※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

(3) 展開

児童のつぶやき

言葉掛け・教え合い

核となる言葉掛け

※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。

○指導上の留意点・支援

1. 死亡原因グラフから生活習慣病の割合を調べる。



病原体が原因の病気が、死亡原因に無いぞ。

※「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。

※「言葉掛け・教え合い」は、それを克服するような文言を書く。
2. 学習課題を把握する。

Aさんの食生活の様子から自分の食生活を見直そう。
3. Aさんの1日の生活の様子を調べる。



※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。
4. Aさんの生活を振り返り食生活の改善策を考える。



※「核となる言葉掛け」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。
5. グループでおすすめの生活を発表する。

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。

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。
6. 自分の食生活を振り返る。

バランスの良い食生活をし、子どものうちからよい生活習慣を意識する。

おやつの量や内容を調整しないとイケないな。

食事のバランスを意識して食べないとイケないな。

※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。

○血管をイメージした器具や写真を視覚的に分かりやすく掲載する。

○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、特に食事に関心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・糖分量を調べる。養護教諭が説明し、何気なく食べていることに気付かせる。

○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供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】(話し合い・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】