

体育科（保健）学習指導案

共同研究 八重山地区小学校体育研究会
平成25年 11月22日（金）5校時
石垣市立八島小学校6年1組
男子14名 女子11名 計25名
授業者 T1 小林 弘樹
T2 友利 良子

1. 単元名 病気の予防

2. 単元の指導目標

- ・ 病気の起こり方や予防方法について関心を持ち，進んで課題を見つけ，意欲的に話し合い活動に取り組むことができる。（関心・意欲・態度）
- ・ 自分の生活の中から，病気の予防について問題点を見つけ，それを学習課題とすることができる。（思考・判断）
- ・ 病気についての資料を集める工夫をしたり，資料を正しく読んだり，友達の意見を理解して自分の考えを深めることができる。（思考・判断）
- ・ 病気の起こり方や予防の方法について理解し，自分の生活に役立つ知識を身につけることができる。（知識・理解）

3. 単元について

（1）教材観

本単元では，病気が病原体，環境，生活のしかた，体の抵抗力の4つが深くかかわっていることをふまえ，①病原体が主となって起こる病気（感染症）と，②生活行動が主となって起こる病気（生活習慣病）を学習する。

その上で，それぞれの予防方法について，感染症では，原因となる病原体を体の中に入れないことはもちろんのこと，体の中には病原体の進入を防ぐ力（抵抗力）があり，抵抗力を高めることが重要であること，生活習慣病では，病気の原因を理解した上で望ましい生活習慣を身につけ行動していくことが重要であることを理解させ，病気の予防のしかたを考えることができるよう構成されている。

加えて，酒・たばこ・薬物などは，利用をまちがえると病気のもとになるので，その防止についても学習できるように位置づけられている。

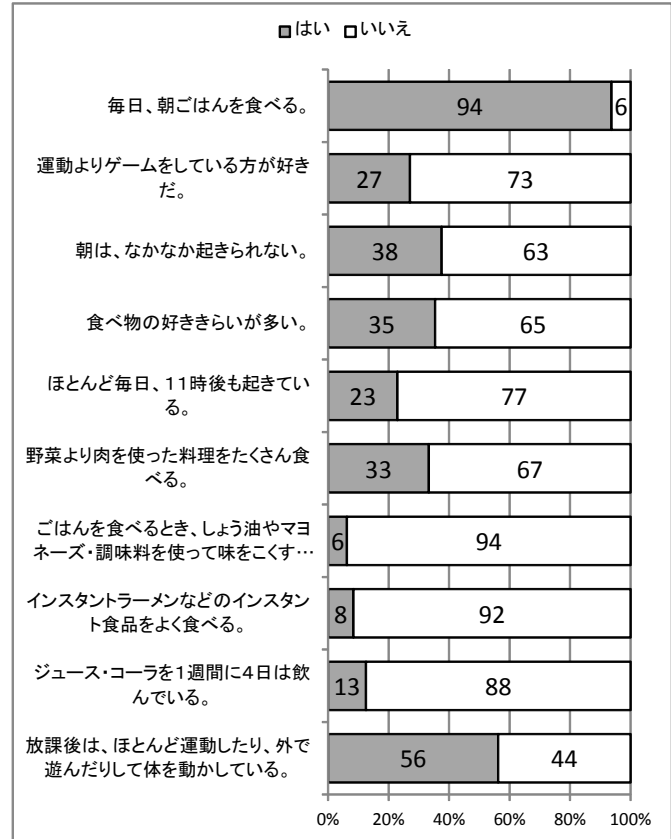
(2) 児童観

厚生労働省の「2010年都道府県別都道府県別平均寿命調査」で、沖縄県の女性は前回の1位から3位に後退した。女性は1975年の統計以来、初めて1位から順位を下げた。男性は30位となり、前回の25位からさらに順位を下げた。

県福祉本部では、特に20歳から64歳までの青壮年層で脳出血、急性心筋梗塞、慢性肝疾患・肝硬変など生活習慣病の死亡率が全国より高い状況にある点を課題に挙げ「若い世代の肥満予防、生活習慣病対策が必要だ」と訴えた。

大人だけではなく子ども(対象の6学年)においても、肥満度の実態を「肥満傾向児の出現率」で見ると、全国の9.32%に対し、沖縄県は11.91%(ワースト9)となっている。

さらに、本校児童(対象の6学年)の「肥満傾向児の出現率」は18%となっており、



(調査対象 6学年児童48名 平成25年9月4日実施)

国・県と比較して非常に高い出現率を示している。「健康的な生活に関するアンケート」の結果は右表のとおりである。

(3) 指導観

以上の様な実態から、生活習慣病の予防に関する指導においては、生活習慣病につながる多くの原因の中から、特に肥満につながる生活(食事・運動)の改善に気付かせるよう支援していきたい。

本時においては、以下の点に重点を置き指導を進める。

- 生活習慣病についての知識(種類・原因・対策)を理解させる場では、養護教諭や学校医を活用し、より専門的でわかりやすい指導を行う。

- また、原因・対策の内容に関しては、アンケートの結果を反映させ、運動・食事に関する事項を意図的に取り上げて説明を行う。(学校医との連携は、本単元第8時「地域の保健活動」とも関連させる。)

- これからの自分の生活について考える場面では、掲げるだけの目標にならないよう、自分に合った実現可能な目標を意識させ、家庭・学校生活の中で実行できるよう指導・支援する。

また、本研究においては、「沖縄県小学校体育研究会」編集の保健ノートの効果的な活用(ノート記述を中心とした評価)についても考察し、主にノートの記述から見取る評価と、その評価を子どもたちの学習の定着度を把握する手段として、その後の指導につなげていきたい。

4. 指導・評価計画

時	「小単元名」・めあて	主な学習活動	評価	おおむね満足できる	具体的な支援
1	「病気の起こり方」 病気は、どのようにして起こるのかを調べてみましょう。	身近な病気の原因を、ブレンストーミングで考え、まとめて、4つの原因を導く。	【知識・理解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。	P 4 わかったこと 病原体・環境・抵抗力・生活の4つの項目に記述がある。	板書にまとめ、板書を振り返らせる。
2	「病原体がもとになって起こる病気の予防①」 病原体がもとになって病気を予防するには、どうすればよいのか調べましょう。	病原体の入り方について理解し、予防法について考える。	【思考・判断①】 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、関係を見付けながら調べたり考えたりしている。 【知識・理解②】 病気の予防には、3つの方法があると理解し、言ったり、書いたりしている。	P 8 考 適切な予防の行動が記入されている。 P 7 調 7/11 正解	個別に支援し、今日の学習（ノート）を振り返らせる。 友達と相談させながら考えさせる。
3	「病原体がもとになって起こる病気の予防②」 エイズ（HIV感染症）について、正しく理解しましょう。	調べ学習を通して HIV について正しく理解する。	【関心・意欲①】 HIV について、教科書や資料などを使って調べ、学習活動に進んで取り組もうとしている。 【知識・理解③】 エイズウイルスについて調べ、日常生活ではほとんど感染しないことを知る。	P10・11 調べ学習 教科書を活用し調べ学習に取り組んでいる。 P10・11 ① ② 正しい答えが記されている。	教師とともに調べたり、個別に支援する。 友達と相談させながら考えさせる。

4 時	「生活のしかたがかかわって起こる病気の予防①」 生活のしかたがかかわって起こる病気は、どのようにしたら予防できるのか調べましょう。	生活習慣病の病名・原因について理解し、予防法について考える。	【思考・判断②】 生活の仕方が関係する病気の予防について、調べたり考えたりしている。	P16 考 自分にあった生活の改善点を書いている。	P14 健康度チェックを振り遅らせ課題を確認させる。
5	「生活のしかたがかかわって起こる病気の予防②」 むし歯や歯周病は、どのようにしたら予防できるのか調べましょう。	これまでの生活を振り返り、むし歯の起こり方について調べ、理解し、今後の歯の健康について考える。	【思考・判断③】 むし歯や歯周病の起こり方とこれまでの自分の生活を比較し、これからの歯の健康について考えている。	P19 考 今後の歯の健康のために気をつけたことが書いてある。	個別に支援し、今日の学習（ノート）を振り返らせる。
6	「たばこの害と健康」 たばこの害について調べましょう。	たばこや喫煙の及ぼす身体への影響について調べ学習を通して理解する。	【知識・理解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。	P20・21 全ての（ ）が正確に埋められている。	問題文、選択肢の難解な語句の説明をする。
7	「お酒・薬物乱用の害と健康」 お酒や薬物乱用の害について調べましょう。	薬物乱用の心身への影響を調べ学習を通して理解する。	【知識・理解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。	P22・23 全ての（ ）が正確に埋められている。	問題文、選択肢の難解な語句の説明をする。
8	「地域の保健活動」 地域の保健活動について調べましょう。	教科書やパンフレットなどで調べ学習を行い、地域の保健活動について理解する。	【関心・意欲・態度②】 地域の保健活動についての調べ学習に進んで取り組もうとしている。	教科書を活用し調べ学習に取り組んでいる。	教師とともに調べたり、個別に支援したりする。

5. 本時の学習（4 / 8）

（1）ねらい

生活習慣病を予防するには、食事・運動・休養・睡眠などについて、健康によい生活習慣を身につけることが必要であることを理解できるようにし、これからの生活について考えることができるようにする。

（2）授業仮説

導入・展開の場で、沖縄県や自分の実態を知らせることにより、問題を自分たちのこととしてとらえ、生活習慣病の予防についての理解が深まり、これからの生活についてより身近に考えることができるであろう。

（3）本時の展開

	学習活動 「主な発問と指示」 ・予想される児童の反応	指導上の留意点●と支援○ および【評価】
導入 9分	<p>1. 沖縄の日本一について考える。 『『沖縄は日本一○○な県』の○○に入る言葉は何でしょう。』 ・暑い ・狭い ・長寿</p> <p>2. 沖縄の長寿について考える。 「順位が落ちた原因は何でしょう」 ・生活習慣病 ・お年寄りがなくなった</p> <p>「ヒントになる映像を見てみましょう。」 琉球朝日放送『都道府県別平均寿命調査で・・・』 (3分30秒)</p> <p>3. めあての確認</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>生活のしかたがかかわって起こる病気は、どのようにしたら予防できるのか調べよう。</p> </div>	<p>●答えやすい発問でテンポ良くやり取りを行う。</p> <p>●都道府県別平均寿命ランキングの沖縄県の順位を年を追いながら確認する。</p> <p>●ポイントでは一時停止をして簡単な質問を投げかけながら映像を見る。</p>
展開 3分 3分 (9分)	<p>4. 生活習慣病について知る。 「食事・運動・生活リズム等の生活のしかたがかかわっておこる病気を生活習慣病と言います。」 ※生活習慣病の原因・種類の確認</p>	<p>●養護教諭から専門的な知識の指導をしてもらう。</p> <p>○キーワードは板書に残す。</p> <p>●保健ノートの拡大掲示。</p> <p>●血管・心臓モデルの活用。</p>
(5分)	<p>5. 自分の健康・生活を振り返る。 「自分の生活をノートP14の『健康度チェック』で振り返りましょう。」</p>	<p>●得点化、A B C Dは時間短縮のためつけないようにする。</p>

(20分)	<p>6. 予防法について考える。</p> <p>新村先生からのメッセージを読む。 「生活習慣の予防方法について、学校医の新村先生から皆さんにメッセージが届いています。静かに読みましょう。」</p> <p>予防法を実行し、健康になった人の話を聞く。 「予防法を実行し健康になった人を紹介します。」 「直孝先生に質問しましょう。」</p> <p>これからの生活について考える。 「自分のこれからの生活について考え、ノートP16にまとめましょう。」</p>	<p>●全員に配布し、養護教諭にポイントを絞って読んでもらう。 ○これからの生活について考える時の参考になるよう、キーワードを板書に残す。</p> <p>●本校教諭「宮良直孝先生」の予防前・予防後を比較する。 ●5 Kgをイメージできるよう、お米一袋を提示する。</p> <p>○机間指導を行い、お手本となる記述は、発表・板書等で共有し、書けていない児童へのヒントとする。</p> <p>【思考・判断】 生活の仕方が関係する病気の予防について、調べたり考えたりしている。(ノート)</p>
まとめ 2分	<p>7. 未来の長寿ランキングをイメージする。 「みんなが大人になる頃、健康でい続け、沖縄県が再び長寿日本一になっているといいですね。」</p>	<p>●ランキングがあがる未来の結果のグラフを準備する。 ●暖かい雰囲気で行われるよう心がける。</p>

(4) 評価

生活習慣病を予防するには、食事・運動・休養・睡眠などについて、健康によい生活習慣を身に付けることが必要であることを理解できるようにし、これからの生活について考えることができたか。

(5) 板書計画

<p>病気の予防 (めあて) 生活のしかたがかかわって起こる病気は、どのようにしたら予防できるのか調べよう。</p>	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; width: 100%; height: 100%; margin-bottom: 5px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">原因</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; width: 100%; height: 100%; margin-bottom: 5px; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">種類</div>	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; width: 100%; height: 100%; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">予防法</div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>電子黒板</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ランキンググラフ ・ニュース映像 ・ノート拡大表示 ・人物画像 等 </div>		