

新学習指導要領に基づく

これからの 小 学 校 保健学習



財団法人 日本学校保健会



まえがき

近年の情報化、国際化、少子高齢化などの社会の変化や生活様式の変化は、子どもの遊びや身体活動の不足、偏った食生活、ストレスの増大、人間関係の希薄化などをもたらし、子どもの心身の健全な発育・発達に影響を与えています。

学校においては、こうした複雑で多様な健康課題に適切に対応することが一層求められており、そうした中で、生涯にわたって健康で安全に生きていくための能力を培う健康教育の充実はきわめて重要です。

とりわけ、すべての子どもが学ぶべきものとして学習指導要領に位置付けられた保健学習は、学校での健康教育の中核として確実にかつ効果的に推進されなければなりません。

本会の「保健学習推進委員会」（委員長：野津有司筑波大学大学院教授）では平成17年度より、保健学習に関する全国調査の結果の詳細な分析、思考力・判断力等の育成を目指した保健学習の内容と指導方法についての授業実践を通じた検討、保健学習の評価方法の在り方に関する検討など、研究を進めてきました。本書は、これらの成果を踏まえつつ、「生きる力」をはぐくむという基本理念を継承して改訂された新学習指導要領（平成20年3月告示）の趣旨や内容に基づいて編集し、まとめられたものです。

各学校において保健学習の一層の充実を図るために、本書が大いに活用されることを願っております。また、教員養成課程の大学・学部や学生の皆様の参考書としても役立てていただければ幸いです。

末尾となりましたが、本書の作成に当たって、ご尽力いただきました保健学習推進委員会委員の先生方、授業研究等にご協力いただいた各学校、各教育委員会など関係の皆様方に心から感謝申し上げます。

平成21年2月18日

財団法人 日本学校保健会
会 長 唐 澤 祥 人

目 次

新しい学習指導要領の小学校保健学習で何が変わったのだろう 1

小学校体育科・保健領域の学習指導要領及び解説の新旧対照表

中学校保健体育科・保健分野の学習指導要領及び解説の新旧対照表

小学校保健学習についての「なるほどQ&A」 6

Q 1. 小学校保健学習の目標や内容はどのように変わったのでしょうか？

Q 2. 低学年の内容の取扱いに「各領域の各内容については、運動と健康がかかわっていることの具体的な考えがもてるよう指導すること。」とあります。具体的にはどのような指導をすればよいのでしょうか？

Q 3. 3年生の「毎日の生活と健康」の改善点を教えてください。

Q 4. 4年生の「育ちゆく体とわたし」の改善点を教えてください。

Q 5. 5年生の「心の健康」の改善点を教えてください。

Q 6. 5年生の「けがの防止」の改善点を教えてください。

Q 7. 6年生の「病気の予防」の改善点を教えてください。

Q 8. 新学習指導要領で示された「知識を活用する学習活動」とは、どのようなことでしょうか。

Q 9. 指導方法の工夫の例としてブレインストーミングが挙げられています。ブレインストーミングとは何ですか？

Q 10. 家庭や地域と連携して保健学習を推進していく上での注意点を教えてください。

Q 11. 小学校の保健学習は、児童においてどのように受け止められているのでしょうか？

Q 12. 小学校での保健学習は、しっかりと児童に習得されているのでしょうか？

Q 13. 調査の結果からみた、児童の苦手な内容の傾向はどんなものなのでしょうか。

Q 14. 小学校保健学習は、保護者においてどう思われているのでしょうか？

第3学年の展開例 単元名 「毎日の生活と健康」 17

1 課題の設定

2 単元について

3 本時（第1時）について

4 授業の様相と展開のポイント

5 ワークシート

6 資料

7 実践を終えて

第4学年の展開例 単元名 「育ちゆく体とわたし」 29

1 課題の設定

2 単元について

3 本時（第3時）について

4 授業の様相と展開のポイント

5 ワークシート

6 資料

7 ペーパーテスト

8 実践を終えて

第5学年の展開例1 単元名 「心の健康」 41

- 1 課題の設定
- 2 単元について
- 3 本時（第3時）について
- 4 授業の様相と展開のポイント
- 5 ワークシート
- 6 ペーパーテスト
- 7 実践を終えて

第5学年の展開例2 単元名 「けがの防止」 51

- 1 課題の設定
- 2 単元について
- 3 本時（第4時）について
- 4 授業の様相と展開のポイント
- 5 ワークシート
- 6 資料
- 7 実践を終えて

第6学年の展開例 単元名 「病気の予防」 59

- 1 課題の設定
- 2 単元について
- 3 本時（第8時）について
- 4 授業の様相と展開のポイント
- 5 ワークシート
- 6 資料
- 7 実践を終えて

低学年の展開例 「運動を通した健康の認識」 69

- 1 課題の設定
- 2 本時について
- 3 授業の様相と展開のポイント
- 4 資料
- 5 実践を終えて

資 料

- 1 新学習指導要領における保健学習の内容の示し方等について 78
- 2 保健学習における指導と評価 80

新しい学習指導要領の小学校保健学習で 何が変わったのだろう

第3学年の最初の授業は、
どんな授業になるのだろう？

「けがの防止」の中の「身の
回りの生活の危険」って何？

「病気の予防」の「地域の様々
な保健活動」は、どんな内容
を扱うのかな？

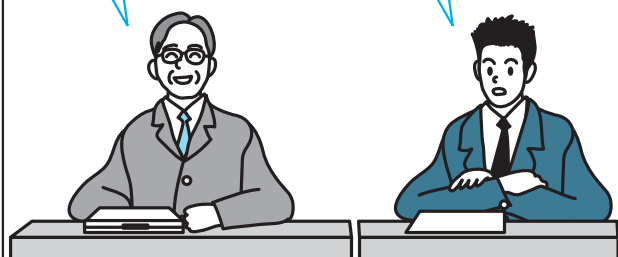
「知識を活用する学習活動」って、
具体的にどのような学習活動なの
だろう？

低学年で「運動と健康がかかわっ
ていることの具体的な考えをもて
るよう指導すること」は、どう指導
すればよいの？



学習指導要領が改訂されたけど、新しい保健学習の準備は大丈夫かな？

わからないことが色々あります。新しい保健学習のポイントを知りたいのですが。



それを知る上で、まず拠り所とすべき物は何だと思う？

学習指導要領とその解説ですね。



その通り。学習指導要領には、教科の目標や指導すべき内容が書かれている。保健領域の指導内容をよく知るためには、解説を読むことが大切だね。前の学習指導要領から改善された点の確認も忘れないように。



なるほど。でも解説を読んだだけでは、具体的にどのような授業にすればいいのか、どのような指導が効果的なかが、今一つわかりません。

特別に良いことを教えよう。君が今開いているこの本では、新学習指導要領における保健学習の改善点を説明し、それに基づいた授業を提案している。前のページに載っている疑問にしっかりと答えてくれると思うよ。



わかりました。さっそく読んでみます。

小学校体育科・保健領域の学習指導要領及び解説の新旧対照表

平成10年版	平成20年版
[第3学年・第4学年] (1) 毎日の生活と健康 ア 1日の生活の仕方 ○ 食事・運動・休養及び睡眠 ○ 1日の生活の仕方 イ 身のまわりの清潔や生活環境 ○ 手や足、衣服の清潔 ○ 部屋の明るさや換気 (2) 育ちゆく体とわたし ア 体の発育・発達と食事、運動などの大切さ (ア) 体の発育・発達 (イ) 食事、運動、休養と睡眠 イ 思春期の体の変化 (ア) 男女の体つきの特徴 (イ) 大人の体に近づく現象	[第3学年・第4学年] (1) 毎日の生活と健康 ア 健康な生活とわたし 【新】 ○ 健康の状態は、主体、環境がかかわっている イ 1日の生活の仕方 【内容の整理】 ○ 食事・運動・休養及び睡眠の調和のとれた生活 ○ 1日の生活の仕方 ○ 手や足、衣服の清潔 ウ 身の回りの環境 【内容の整理】 ○ 部屋の明るさや換気 ○ 生活環境を整える (2) 育ちゆく体とわたし ア 体の発育・発達 ○ 体は、年齢に伴って変化する ○ 体の発育・発達には、個人差がある 【明確化】 イ 思春期の体の変化 (ア) 思春期には、男女の体つきの特徴が現れる (イ) だれにでも起こる、大人の体に近づく現象 ○ なお、指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ることなどに配慮する必要がある。 【解説・新】 ウ 体をよりよく発育・発達させるための生活 ○ 調和のとれた食事、運動、休養及び睡眠
[第5学年・第6学年] (1) けがの防止 ア 交通事故や学校生活の事故などの原因と防止 (ア) 事故の発生と原因 (イ) 事故によるけがの防止 (ウ) 事故防止の対策 イ けがの手当 (ア) けがをしたときは (イ) けがの手当 (2) 心の健康 ア 心の発達 ○ 生活経験を通して発達する心 ○ 年齢とともに発達する心 イ 心と体の密接な関係 ○ 心と体は相互に影響している ウ 不安や悩みへの対処 ○ 不安や悩みへの対処 ○ 不安や悩みと心の発達 (3) 病気の予防 ア 病気の起こり方 ○ 病原体、体の抵抗力、生活行動、環境がかかわる病気 イ 病原体がもとになって起こる病気の予防 (ア) 病原体に働きかける予防 (イ) 体の抵抗力を高める予防 ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防 (ア) 生活習慣病の予防 (イ) 喫煙と健康 (ウ) 飲酒と健康 (エ) 薬物乱用と健康 (オ) 健康によい生活行動	[第5学年・第6学年] (1) 心の健康 ア 心の発達 ○ 生活経験を通して発達する心 ○ 年齢とともに発達する心 イ 心と体の相互の影響 【内容の整理】 ○ 心と体は、相互に影響し合うこと ウ 不安や悩みへの対処 ○ 不安や悩みへの対処 ○ 自分に合った方法による対処、心の発達 (2) けがの防止 ア 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがとその防止 【新】 (ア) 事故の発生と原因（交通事故、水の事故、学校生活の事故、犯罪が原因となるけが） (イ) 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止 【新】 (ウ) 事故防止の対策（交通事故、水の事故、学校生活の事故や犯罪被害の防止） イ けがの手当 (ア) けがをしたときは (イ) 自分でできる簡単なけがの手当 (3) 病気の予防 ア 病気の起こり方 ○ 病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などがかわりあって起こる病気 イ 病原体がもとになって起こる病気の予防 ○ 発生源をなくす、道すじを断ち切る予防 ○ 予防接種、体の抵抗力を高める予防 ウ 生活行動がかかわって起こる病気の予防 ○ 健康によい生活習慣を身に付ける エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 【内容の整理】 (ア) 喫煙、飲酒の心身への影響 (イ) 薬物乱用の心身への影響 オ 地域の様々な保健活動の取組 【新】 ○ 病気の予防のための様々な保健活動の取組

中学校保健体育科・保健分野の学習指導要領及び解説の新旧対照表

平成10年版	平成20年版
[第1学年] (1) 心身の機能の発達と心の健康 ア 身体機能の発達 ○ 各器官の発達の順序性、性差や個人差、呼吸・循環器系 イ 生殖にかかわる機能の成熟 ○ 生殖機能の発達、性衝動、異性への関心、性情報への対処 ウ 精神機能の発達と自己形成 (ア) 知的機能、情意機能、社会性の発達 (イ) 自己形成 エ 欲求やストレスへの対処と心の健康 (ア) 欲求やストレスへの対処 (イ) 心身の調和と心の健康	[第1学年] (1) 心身の機能の発達と心の健康 ア 身体機能の発達 ○ 各器官の機能の発達、個人差、呼吸・循環器系 【内容の整理】 イ 生殖にかかわる機能の成熟 ○ 生殖機能の発達、性衝動、異性への関心、性情報への対処 ○ なお、指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ることなどに配慮することが大切である。 【解説・新】 ウ 精神機能の発達と自己形成 (ア) 知的機能、情意機能、社会性の発達 (イ) 自己形成 エ 欲求やストレスへの対処と心の健康 (ア) 心と体のかかわり 【内容の整理】 (イ) 欲求やストレスへの対処と心の健康 【内容の整理】
[第2学年] (2) 健康と環境 ア 身体環境に対する適応能力・至適範囲 (ア) 気温の変化と適応能力 (イ) 温度、湿度、明るさと至適範囲 イ 空気や飲料水の衛生的管理 (ア) 空気の衛生的管理 (イ) 飲料水の衛生的管理 ウ 生活に伴う廃棄物の衛生的管理 ○ し尿やごみなどの廃棄物の処理 (3) 傷害の防止 ア 自然災害や交通事故などによる傷害の防止 (ア) 傷害の発生要因とその防止 (イ) 交通事故による傷害の防止 (ウ) 自然災害による傷害の防止 イ 応急手当 (ア) 応急手当の意義 (イ) 応急手当の方法	[第2学年] (2) 健康と環境 ア 身体環境に対する適応能力・至適範囲 (ア) 気温の変化に対する適応能力とその限界 (イ) 温熱条件や明るさの至適範囲 【内容の明確化】 イ 飲料水や空気の衛生的管理 (ア) 飲料水の衛生的管理 【指導要領本文に対応】 (イ) 空気の衛生的管理 ウ 生活に伴う廃棄物の衛生的管理 ○ し尿やごみなどの廃棄物の処理 (3) 傷害の防止 ア 交通事故や自然災害などによる傷害の発生要因 ○ 傷害の発生要因としての人的要因と環境要因 イ 交通事故などによる傷害の防止 ○ 交通事故による傷害の防止 ウ 自然災害による傷害の防止 ○ 自然災害の発生、二次災害 【新】 エ 応急手当 (ア) 応急手当の意義 (イ) 応急手当の方法 ○ 気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫などの心肺蘇生法。 ○ なお、必要に応じてAED（自動体外式除細動器）にも触れるようにする。 【内容の整理】
[第3学年] (4) 健康な生活と疾病の予防 ア 健康の成り立ちと疾病の発生要因 (ア) 健康の成り立ち (イ) 主体と環境要因 イ 生活行動・生活習慣と健康 (ア) 食生活と健康 (イ) 運動と健康 (ウ) 休養及び睡眠と健康 (エ) 調和のとれた生活と生活習慣病 ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (ア) 喫煙と健康 (イ) 飲酒と健康 (ウ) 薬物乱用と健康 エ 感染症の予防 (ア) 感染症の原因とその予防 (イ) エイズ及び性感染症の予防 オ 個人の健康と集団の健康 ○ 公衆衛生活動、医療機関、健康増進のためのスポーツ活動	[第3学年] (4) 健康な生活と疾病の予防 ア 健康の成り立ちと疾病の発生要因 【内容の整理】 イ 生活行動・生活習慣と健康 (ア) 食生活と健康 (イ) 運動と健康 (ウ) 休養及び睡眠と健康 (エ) 調和のとれた生活と生活習慣病 ウ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 (ア) 喫煙と健康 (イ) 飲酒と健康 (ウ) 薬物乱用と健康 エ 感染症の予防 (ア) 感染症の原因とその予防 (イ) エイズ及び性感染症の予防 【指導上の配慮】 オ 保健・医療機関や医薬品の有効利用 【新】 ○ 健康の保持増進と疾病の予防のための地域の保健・医療機関や医薬品の正しい使用 カ 個人の健康を守る社会の取組 【新】 ○ 人々の健康を支える社会的な取組

小学校保健学習についての「なるほどQ&A」

Q 1 . 小学校保健学習の目標や内容はどのように変わったのでしょうか？

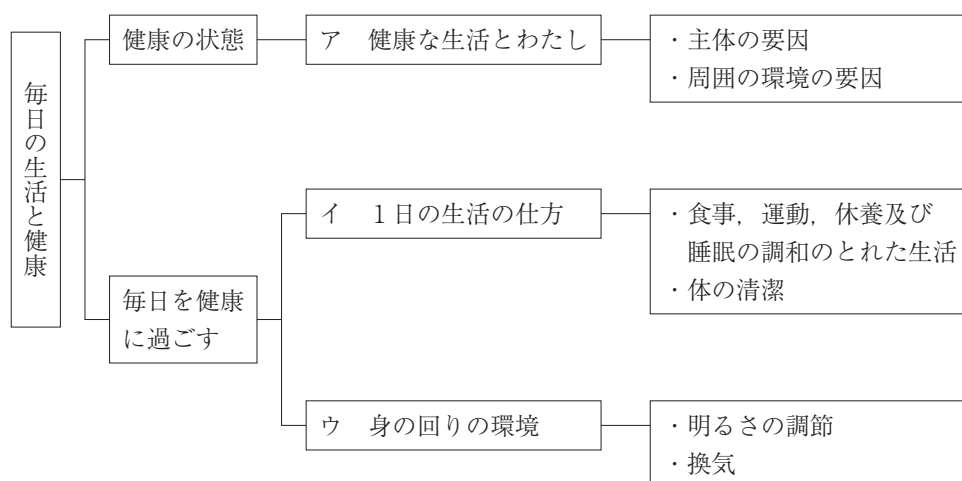
A. 新学習指導要領における体育科保健領域の改訂の要点は

- ① 身近な生活における健康・安全に関する基礎的な内容を重視し、指導内容を改善すること。
- ② 健康な生活を送る資質や能力の基礎を培う観点から、系統性のある指導ができるよう健康に関する内容を明確にすること。

とされています。

①については、第3・4学年では、「毎日の生活と健康」及び「育ちゆく体とわたし」で、第5・6学年では「心の健康」、「けがの防止」及び「病気の予防」で内容が構成されています。これらは平成10年学習指導要領を踏まえてのものです。それぞれの内容には後述するような改善がみられます。

さらに新学習指導要領解説（注1）では、各内容がどのように構成されているかが図示されるようになりました。たとえば「毎日の生活と健康」は次のように示されています。



②では系統性の視点から、「毎日の生活と健康」について、健康の状態のとらえ方として主体の要因と周囲の環境の要因が、「けがの防止」については、身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがとその防止が、「病気の予防」については、地域での保健にかかわる様々な活動に関する内容が新たに加わっています。中学校へのつながりを意識して系統性が図られていますので、小学校の先生方もぜひ中学校の学習指導要領を読んでみて下さい。

新学習指導要領では、中学校へつながる系統性を重視した内容の改善が行われました。



（注1） 以下、「解説」とは新しい「小学校学習指導要領解説体育編」を指す。

Q 2 . 低学年の内容の取扱いに「各領域の各内容については、運動と健康がかかわっていることの具体的な考えがもてるよう指導すること。」とあります。具体的にはどのような指導をすればよいのでしょうか？

A. 新学習指導要領は平成10年学習指導要領と同様に、保健領域の開始は3年生です。1，2年生には保健領域がありませんが，新学習指導要領における低学年の内容の取扱いで上記のような記述が加わりました。もちろん運動領域における指導内容を指しています。すなわち各運動領域での運動を通して，健康の認識を持てるような指導を行うということです。

解説では「体は，活発に運動をしたり，長く運動をしたりすると，汗が出たり，心臓の鼓動や呼吸が速くなったりすること」「力一杯動く運動は，体をじょうぶにし，健康によいこと」などを各領域において行うことが示されています。これは単に運動領域の学習にとどまらず，3年生から始まる保健学習につながる重要な内容と言えます。さまざまな工夫が可能ですが，本書でも「ゲーム」領域の例を挙げていますので，参考にしてください。

低学年の運動領域での学習ですが，3年生の保健学習につながる重要な内容です。



Q 3 . 3年生の「毎日の生活と健康」の改善点を教えてください。

A. 「毎日の生活と健康」は，健康の状態には主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていること，また，健康を保持増進するには，1日の生活の仕方が深くかかわっていること，体を清潔に保つこと，生活環境を整えることが必要であることなどを中心として構成されています。

特に「ア 健康な生活とわたし」として，健康な状態の理解についての内容が取り上げられたことが重要です。発達段階を踏まえ，健康な状態には「気持ちが意欲的であること，元気なこと，具合の悪いところがないことなどの心や体の調子がよい状態があること」を理解できるようにしますが，本書では児童らの生活場面を踏まえた展開例を提案しています。また主体の要因や周囲の要因が健康な状態にかかわっていることを理解できるような内容も含まれますが，これらは続く「イ 1日の生活の仕方」と「ウ 身の回りの環境」につながっていきます。

なお平成10年学習指導要領では，体を清潔に保つことは生活環境といっしょに扱われていましたが，新学習指導要領では「1日の生活の仕方」に含まれました。「内容の取扱い」にはこれまでと同様に，学校では健康診断や学校給食などが計画的に実施され，保健室で養護教諭がけがの手当てや健康相談を行っていることなどを取り上げ，保健活動の大切さに気づくよう配慮することが示されています。

Q4. 4年生の「育ちゆく体とわたし」の改善点を教えてください。

A.「育ちゆく体とわたし」は、体が年齢に伴って変化すること、体の発育・発達には個人差があること、思春期になると体に変化が起こり、異性への関心も芽生えること、体の発育・発達には調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることなどを中心として、構成されています。新学習指導要領で大きく変わったことは、「ア 体の発育・発達」、「イ 思春期の体の変化」に続いて、「ウ 体をよりよく発育・発達させるための生活」の順になったことです。また、これまで解説に書かれていた発育・発達にかかわる個人差については、学習指導要領に「体の発育・発達には、個人差があること」と明記されました。もちろん思春期の体の変化における個人差についても、解説に述べられています。さらに内容の取扱いにおいても、

「自分と他の人では発育・発達などに違いがあることに気付き、それらを肯定的に受け止めることが大切であることについて触れるものとする。」

とあるように、発育・発達の個人差を肯定的に受け止めることは、指導に当たり特に留意して欲しい点です。

また今回の解説では、「イ 思春期の体の変化」について以下のような記述があります。

「なお、指導に当たっては、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ることなどに配慮することが大切である。」

思春期の体の変化に関する学習の内容・方法では、他の教員や保護者との間で考え方が異なることもあります。十分に意思の疎通をはかり、互いに理解した上で指導を進めることが大切です。

「育ちゆく体とわたし」では、児童自身が発育・発達の個人差を肯定的に受け止めることが大切です。



Q5. 5年生の「心の健康」の改善点を教えてください。

A.「心の健康」は、感情、社会性、思考力など、様々なはたらきの総体としてとらえることができる心が、様々な生活経験を通して年齢に伴って発達すること、また、心と体は相互に影響し合っていること、さらに、不安や悩みにはいろいろな対処の方法があることなどを中心として構成されています。新学習指導要領では表記上の整理などが行われましたが、内容には大きな変更がありません。

ただし注意しておくべき点もあります。たとえば「ウ 不安や悩みへの対処」では、具体的な対処法の例を取り上げ、それを授業で実践して児童らができるようになることをねらいとした授業が一部では行われています。しかし保健学習では、不安や悩みに対していろいろな対処方法があり、自分に合った方法で対処できることを理解できるようにするのが本当のねらいです。本書でも「ウ 不安や悩みへの対処」の授業の展開例を紹介していますので、ぜひ参考にしてください。

Q 6 . 5年生の「けがの防止」の改善点を教えてください。

A. 「けがの防止」は、交通事故や身の回りの生活の危険などを取り上げ、けがの起こり方とその防止、さらに、けがの悪化を防ぐための簡単な手当などを中心として構成されています。大きく「ア 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止」と「イ けがの手当て」に分かれます。

ここで特に注目したいのは「身の回りの生活の危険」です。「身の回りの生活の危険」とは学校生活の事故や水の事故に加え、近年子どもたちの安全を脅かしている犯罪被害を含むものです。もちろん、犯罪被害といっても、他のけがと同様に、人の行動や環境がかかわって発生していることを理解することになります。また、けがの防止のためには、「周囲の状況をよく見極め、危険に早く気付いて、的確な判断の下に安全に行動すること」や「危険な場所の点検などを通して、校舎や遊具など施設・設備を安全に整えるなど、安全な環境をつくること」が必要であり、これは犯罪被害の防止にも共通します。本書の実践例では、後者の安全な環境にかかわる学習内容を取り上げています。

防犯というと特別活動で行う防犯教室が一般的ですが、保健学習における内容とは明確に区別する必要があります。

「けがの手当て」では、すり傷、鼻出血、やけどや打撲などを取り上げて実習を行います。実習を通じてけがの手当ての原理・原則を理解することが重要です。単に手当ての実習を行うのではなく、その手順と意義をしっかり理解できるようにすることが必要です。

「ア 交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止」では、犯罪被害についても取り上げるようになりました。



Q 7 . 6年生の「病気の予防」の改善点を教えてください。

A. 「病気の予防」は、病原体が体に入るのを防ぐこと、病原体に対する体の抵抗力を高めること及び望ましい生活習慣を身に付けることが必要であること、また、喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となること、さらに、地域において保健にかかわる様々な活動が行われていることなどを中心として構成されています。

特に大きく変わったのは、「オ 地域の様々な保健活動の取組」が加わった点です。ここでは、病気の予防のために、地域では様々な保健活動が行われていることを学習します。具体的には、保健所や保健センターでの活動から、健康な生活習慣にかかわる情報提供や予防接種を例として取り上げます。

同様な保健活動については、中学校や高等学校でも学びますが、その背景にはヘルスプロモーションの考え方があります。すなわち、健康づくりには人々の行動だけではなく、社会の環境が重要な役割を果たすというものです。

「オ 地域の様々な保健活動の取組」は、中学校・高等学校につながる内容です。



Q 8. 新学習指導要領で示された「知識を活用する学習活動」とは、どのようなことでしょうか。

A. 新学習指導要領の「指導計画の作成と内容の取扱い」における「2 内容の取扱い」には、「(6) 保健の指導に当たっては、知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うこと。」が示されています。これについての解説では、「知識を習得する学習活動を重視するとともに、習得した知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより、思考力・判断力等を育成していくことを示したものである。」と説明されています。

ここで留意すべき点は、「知識を活用する学習活動」とは、習得した知識を実際の生活場面で実践化することを直接的に求めることを指しているのではないということです。生徒の思考力・判断力等の育成を目指して、「知識を活用する学習活動」を授業場面に取り入れることが大切です。

では、具体的にはどのような学習活動を行うのが効果的なのでしょうか。解説では、「指導に当たっては、身近な日常生活の体験や事例などを用いた話し合い、ブレインストーミング、応急手当などの実習、実験などを取り入れること、地域や学校の実情に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員など専門性を有する教職員等の参加・協力を推進することなど、多様な指導方法の工夫を行うよう配慮すること」と説明されています。本書でも、日常生活の体験や事例を用いたり、ブレインストーミングを導入したり、さまざまな指導の工夫を行った事例を紹介しています。

なお、指導方法の工夫としてロールプレイングがよく用いられています。しかし必ずしも常に効果的な使い方がされていたわけではありません。どんな学習場面でもロールプレイングを使いさえすれば、すぐに思考力・判断力が身に付くというのではなく、学習内容を踏まえてロールプレイングを行うことが重要です。

「知識を活用する学習活動」によって、児童の思考力・判断力が高まることが期待されます。



Q 9 . 指導方法の工夫の例としてブレインストーミングが挙がっています。ブレインストーミングとは何ですか？

A. ブレインストーミングは、ある課題について、思いついた意見や考えを幅広く挙げて確認するためのグループ活動で、知識を活用する方法の一つとして考えられます。

様々な意見や考えが発表されるような場面で、思いついた意見が積極的に発表されるようにします。そのために、他の人の意見に対して批判やコメントをしないこと、他の人のアイデアに便乗するなど他の人の意見を活用することなど原則を定めます。また時間を決めて（2，3分程度）、その間にできるだけ多くの意見や考えを出すことをめざし、思いついた意見等を短冊に書きながら、声に出して発表していきます。声に出すのは、他の人の意見を促すためです。1つの意見は、たとえば1枚の短冊に書き出します。書き出された意見はグループ内で集め、分類し小見出しを作るなどして、考えを整理します。

この方法は本書でも「毎日の生活と健康」や「心の健康」の展開例で、ブレインストーミングを用いていますので参考にしてください。

Q10. 家庭や地域と連携して保健学習を推進していく上での注意点を教えてください。

A. 家庭や地域の様子は様々です。保健学習で取り扱う内容にかかわって、子どもたちを取り巻く家庭や地域の様子をしっかりと把握して進めることが重要といえるでしょう。例えば、交通安全への配慮が行き届いた交通環境の整備がなされていたり、あるいは住民の健康づくりの一環として運動やスポーツに積極的に取り組んでいたたりする場合には、そのような取り組みについて適宜授業で取り上げることで、保健学習がさらに深まることが期待されます。逆に、地域に事故の多い場所がある状況があったとしても、それらを単に「悪者」として取り扱うような展開とするのではなく、そうした状況を改善していくために必要な事柄について児童に考えさせたりする学習を構想したりする配慮が必要といえます。

またQ4の回答でも述べたように、「育ちゆく体とわたし」の学習では、学習内容や指導について保護者の理解を得る配慮が必要です。学級通信などを活用して事前に家庭へ知らせておくことで、保護者もあわてることなく児童の様子を見守ることができます。児童が、大人の体に近づいていく自分の体の変化を肯定的に受け止められるようにするためには、保護者からの支援はとても重要です。

なおQ14の回答でも紹介しましたが、保護者は保健学習に対して高い関心と期待をいただいています。地域や家庭との連携を進めることで、より有効な保健学習を展開していきましょう。

Q11. 小学校の保健学習は、児童においてどのように受け止められているのでしょうか？

A. 最近行われた保健学習の全国調査（*）の結果をみると、多くの児童が保健学習は「大切である」、あるいは「健康な生活を送るために重要である」と回答しており、保健学習が「生きていく上で重要な内容を取り扱うものである」ということが、ある程度受け止められているものと思われます。

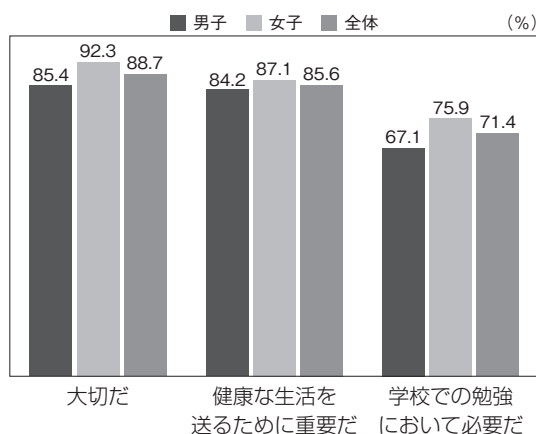
ところで、「教科の勉強が大切だ」とについては、国語、算数、理科、社会の調査結果が国立教育政策研究所教育研究センターより報告されています（平成13年度小中学校教育課程実施状況調査）。本調査の「保健の学習は大切だ」とは、「学習」と「勉強」という質問文の表現による違いがあるものの、両調査の小5の肯定的な回答（「そう思う」と「どちらかと言えばそう思う」と肯定的に回答した者の合計）をみてみると、保健の88.7%は、他の4教科の中でも最も高率であり（72.2～87.9%）、注目すべき結果といえるでしょう。

これからも引き続き、児童の保健学習に対する学習意欲を高めるために教材や指導方法の工夫が求められます。

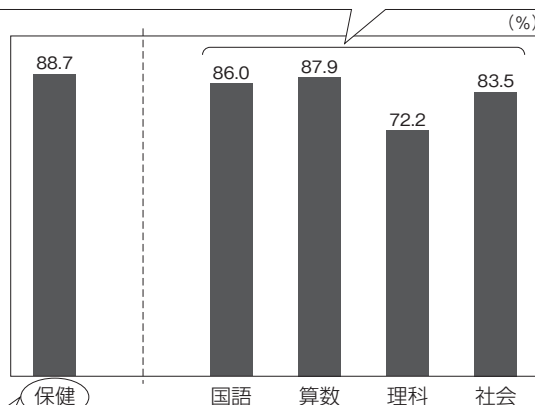
児童は、保健学習は大切で、重要だと感じているようです。これからも、児童の学習意欲を高める工夫が求められます。



保健学習に対する各問に「そう思う」「どちらかと言えばそう思う」と答えたものの合計の割合



当該「教科の勉強が大切だ」という質問に「そう思う」「どちらかと言えばそう思う」と答えたものの合計



「保健の学習が大切だ」という質問に「そう思う」「どちらかと言えばそう思う」と答えたものの合計

（*）：保健学習の全国調査とは、（財）日本学校保健会の保健学習推進委員会が保健学習の成果や課題を明らかにするために、平成16年に全国の児童生徒18,000人、教員約1,600人および保護者約16,000人の三者を対象に行ったものです。同調査の詳細は、既に出版されている次の報告書や論文を参照下さい。

- 1) （財）日本学校保健会：保健学習推進委員会報告書—保健学習推進上の課題を明らかにするための実態調査—，2005
- 2) 野津有司，和唐正勝，渡邊正樹他：全国調査による保健学習の実態と課題—児童生徒の学習状況と保護者の期待について—，学校保健研究，49：280-295，2007

Q12. 小学校での保健学習は、しっかりと児童に習得されているのでしょうか？

A. 保健学習の習得状況をみるために、平成10年学習指導要領に示された内容を踏まえて個別テストを作成し、小学3・4年の内容（24問）を小5に、小学5・6年の内容（20問）を中1に、それぞれ質問しました。その結果、小学3・4年の内容については、全体の正答率は83.9%であり、総じて良好でした。また、小学5・6年の内容では、全体の正答率が65.3%と、小学3・4年の内容に比べてやや低い結果でした。しかし、平成10年学習指導要領で新たに取り上げられた飲酒（74.4%）や、シンナー乱用（77.8%）などの現代的課題や、けがの手当て（80.7～90.4%）などの習得状況は、比較的良好でした。

また、小、中、高校に共通した問題（9問）では、ほとんどの問題において学年が進むにつれて正答率の上昇がみられ、関連した内容がほぼスパイラルに取り扱われる保健学習の成果とも推測されました。そのような中で、鼻出血の応急手当ての問題では、学年が進むにつれて正答率が低下する傾向が示されました。鼻出血の応急手当ては、平成10年学習指導要領で小学5年生の学習内容として新しく取り上げられました。したがって、小5で正答率が最も高かった結果については、学習指導要領の改訂が反映されたものと考えられます。このようなところからも、小学校での保健学習が児童にしっかりと習得されている様子がうかがえます。一方、学年が進むにつれて「上を向く」や「首の後ろを軽くたたく」等の誤答が増えていく傾向もみられ、日常生活などで誤った俗信が影響していることも推測されました。

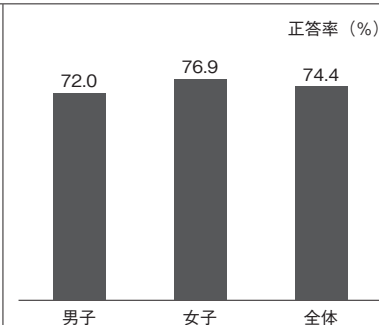
保健学習は、着実に児童生徒に習得されているようです。



個別テストの例

飲酒の体への影響について、間違っているものを一つ選んで、その番号に○をつけて下さい。

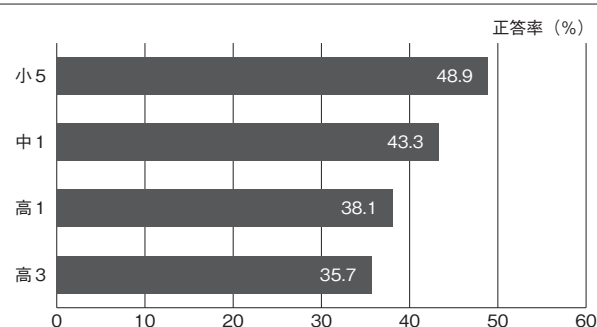
1. 一度に大量の酒を飲むと死んでしまうことがある。
2. 酒に含まれるアルコールは、脳の働きを低下させる。
3. 若い時期から酒を飲み始めると、健康への害が大きくなる。
4. 20歳を過ぎてから酒を飲むなら、健康への害はほとんどない。（正解）



共通テストの例

鼻血が出たとき、まず、どのような手あてをしたらいでしょう。正しい手あてのしかたを一つ選んで、その番号に○をつけて下さい。

1. 上を向く。
2. 首の後ろを軽くたたく。
3. 鼻にティッシュペーパーをつめる。
4. 鼻をつまんでじっとしている。（正解）

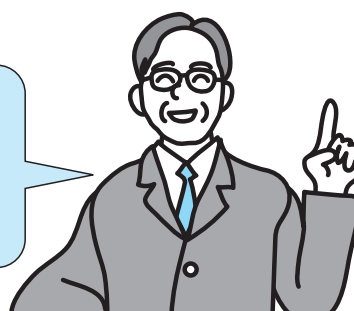


Q13. 調査の結果からみた、児童の苦手な内容の傾向はどんなものでしょうか。

A. Q12でも触れたように、小学校の保健学習の習得状況は全体的におおむね良好な結果がみられました。そんな中でも、小学3・4年の内容では「直射日光下での読書」の個別テストでは「太陽が直せつ当たるところは、明るいので読書するのによい」という正誤問題での正答率が58.4%と低くなっていました。また、思春期の心の変化に関するものでも正答率が低い（45.4～88.7%）ものがみられました（個別テストの問題文は、39ページ参照）。

小学5・6年の内容では、抽象的な内容の心の健康（36.1～52.0%、個別テストの問題文は、49ページ参照）や健康づくりの考え方（34.7%）など、その他にも、従来から取り上げられている死亡事故や交通事故（45.9～54.1%）、生活習慣が主な原因となる病気（43.0%）などの内容については、習得状況が低くなっていました。

思春期の心の変化や心の健康、健康づくりの考え方など、抽象的な内容について正答率が低い傾向があるようです。これまでと同様に、より具体的・実践的に学習させるための指導方法の工夫がより一層望まれます。



正答率が低かった個別テストの問題例

■健康づくりの考え方■ 次の文は、健康づくりについて述べたものです。もっとも望ましいものを一つ選んで、その番号に○をつけて下さい。

1. 「病気になるのは、仕方がありません。心身が不調な時だけ、出来るだけ早く病院に行くようにすれば、それで十分です。」
2. 「自分のことは、自分が一番よくわかります。だから、一人一人が自分の体に気を付けていれば、健康に過ごすことができます。」
3. 「健康に良い生活のためには、一人一人の意志と行動がとても大切ですが、同時にみんなの健康を支えるような社会づくりも必要です。」（正解）
4. 「みんなが健康なのは、社会のおかげです。近くに保健所や病院などがあれば、一人一人が健康について心配する必要はありません。」

■生活習慣病が主な原因となる病気■ 生活習慣が主な原因となって起こる病気の正しい組み合わせを一つ選んで、その番号に○をつけて下さい。

- | | |
|------------|------------------------------|
| (ア) 食中毒 | (イ) 心臓や脳の血管がかたくなったりつまったりする病気 |
| (ウ) 歯ぐきの病気 | (エ) はしか |

1. (ア)と(イ)
 2. (ア)と(ウ)
 3. (イ)と(ウ)
 4. (イ)と(エ)
- (正解)

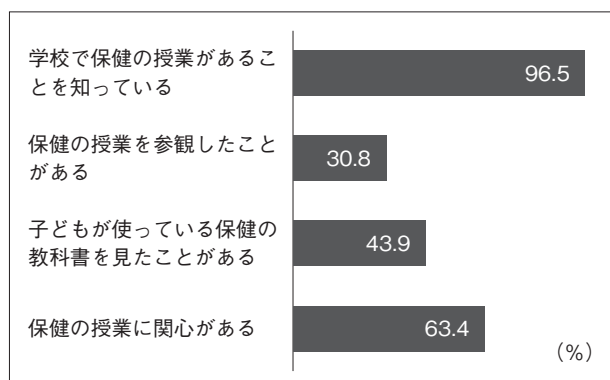
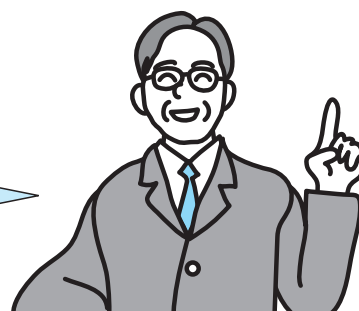
Q14. 小学校保健学習は、保護者においてどう思われているのでしょうか？

A. 保護者の保健の授業への関心は、決して低くはないようです。ほとんどの保護者が、学校で保健の授業があることを知っていることを知っており（96.5%）、保健の授業に関心を持っている者も6割程度いました。さらに、保健教科書を見たことがある者が4割おり、3割の者が保健の授業を参観した経験を持っていました。

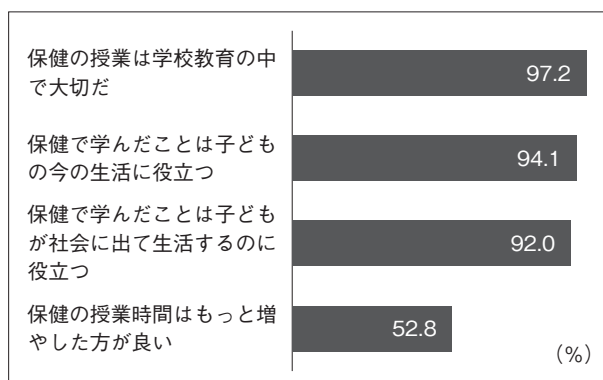
保護者の保健の授業に対する考えも、おおむね良好といえます。9割を超える保護者が、「保健の授業は学校教育の中で大切だ」と考えており、また、保健で学んだことは子どもの今の生活や、社会に出てからの生活に役立つと考えていました。そして、半数以上が保健の授業時間はもっと増やした方が良いと考えていました。

小学校の保健学習で取り扱っている内容への要望についてみてみても、ばらつきはみられるもののほとんどの内容に対して約6割の保護者が「ぜひ教えてほしい」と回答していました。

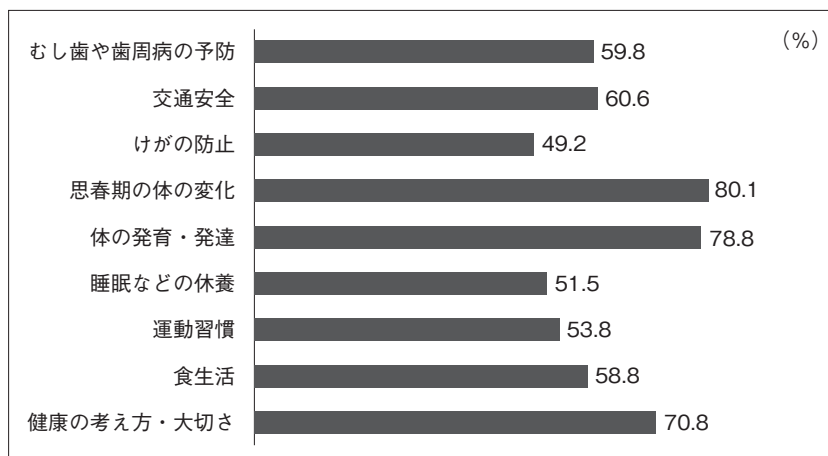
保護者の保健学習に対する期待は、大きいようです。



小5の保護者にそれぞれの質問をして、「あてはまる」と回答した者の割合



小5の保護者にそれぞれの質問をして、「そう思う」と「どちらかといえばそう思う」と回答した者の合計



小5の保護者にそれぞれの質問をして、「ぜひ教えて欲しい」と回答した者の割合



第3学年の展開例

単元名 「毎日の生活と健康」

今回の学習指導要領では、非常に意味のある保健領域の内容の改善が図られたようだ。 	新学習指導要領を読んでいるのですが、保健領域ではどの部分が改善されたのか、よくわかりません。 	各学年の、指導内容が系統的に整理されたようだが、特に3年生の学習に大きな改善点が見られる。 	と、おっしゃいますと…。 具体的には…？ 
今回は、健康そのものに対するイメージを広げ、それが、明るく楽しい生活のものになるんだ、といった内容から始めることとなったようだ。 		そうなんですか。 3年生は、学校での保健学習に最初に出会う学年ですから、これからの学習の楽しさが予感できる授業にしたいと常々思っていたところです。 	
そうだね。保健学習と出会う、最初の時間は、特に楽しく、活気のある時間としたいものだね。「健康な生活とわたし」と提示されているように、今までの自分の体の状態を通して、健康の状態に気づき今後の学習につながる時間としたいものだよ。 		わかりました。 その意図を踏まえて、授業づくりに挑戦します。 	

1 課題の設定

今回の学習指導要領では、小・中・高の各学校における保健学習の内容が系統的に整理され、小学校では新たに、自らの心や体の健康の状態についての学習が位置づけられた。具体的には、心や体には調子のよい状態や悪い状態があること、その調子のよい健康な状態は、病気をしないこと、活発に運動できること、物事に意欲的であること、などの学習内容が考えられる。身近な現象面から、自らの心や体の健康の状態について学習を進めていくことが望まれる。

3年生からいよいよ始まる保健学習である。のびのびした元気盛りの子どもたちにとって、健康が、明るく元気な毎日の生活のためにかけがえのないものであることを実感し、夢と希望がわき出てくるような学習としたいものである。

2 単元について

1) 単元の目標

健康の大切さを認識するとともに、毎日の生活に関心をもち、健康により生活の仕方について理解できるようにする。

- ・毎日の生活と健康について、自分の考えを発表したり、友達の意見を聞こうとしたりしようとする。(関心・意欲・態度)
- ・毎日の生活と健康について、自分の生活の仕方や身近な環境の中の課題をみつれたり、課題を解決するための方法を考えたり、判断したりすることができる。(思考・判断)
- ・健康の状態に主体要因と環境要因がかかわっていること、1日のリズムに合わせて食事・運動・休養および睡眠をとることが必要であること、生活環境を整えることが必要であることを理解できる。(知識・理解)

2) 単元計画

	第1時（本時）	第2時	第3時（本時）	第3時（本時）
主な学習内容と方法	「健康な生活とわたし」	「1日の生活の仕方（主体の要因）」	「体の清潔(主体の要因)」	「身の回りの環境（環境の要因）」
	○ 健康な状態には主体の要因と身の回りの環境がかかわっていること	○ 毎日を健康に過ごすには、食事、運動、休養及び睡眠の調和がとれた生活を続けることが必要であること	○ 毎日を健康に過ごすには、体の清潔を保つことが必要であること	○ 毎日を健康に過ごすには、明るさの調節、換気などの生活環境を整えることが必要であること
	ブレインストーミング 一斉学習	一斉学習	一斉学習	一斉学習
評価方法等	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート

3 本時（第1時）について

1) 本時のねらい

心や体の調子がよいなどの健康の状態は、主体の要因や環境の要因がかかわっていることを理解できるようにする。

- ・心や体の調子がよい状態について、生活経験をもとに発表しようとする。(関心・意欲・態度)
- ・心や体の健康について、生活の仕方や環境と関連付けてとらえることができる。(思考・判断)
- ・心や体の健康について、具体的に述べることができる。(知識・理解)

2) 本時における観点別の学びの姿

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
十分満足できる状況	健康の状態について、さまざまな姿を思い浮かべて発表しようとしたり、友だちの考えと合わせて発表しようとしたりしている。	健康の状態について、生活経験をもとに資料をより幅広い視点から読み取り、生活の仕方や環境と総合的に関連付けてとらえている。	健康の状態について、心や体の具体的な様子を、自分の生活にあてはめて書き出している。
おおむね満足できる状況（評価規準）	健康の状態について、いろいろな姿を発表しようとしている。	健康の状態について、生活経験をもとに資料を読み取り、生活の仕方や環境と関連付けてとらえている。	健康の状態について、心や体の具体的な様子を書き出している。
努力を要する状況	健康の状態について、友だちの発表を聞くだけにとどまっている。	健康の状態について、生活の仕方や環境と関連付けることができない状態にとどまっている。	健康の状態について、心や体の様子を書き出せない状態にとどまっている。

評価規準とは、おおむね満足できる状況を示す。

3) 本時の展開

時間	学 習 内 容 ・ 学 習 活 動	教 師 の 支 援 ・ 評 価
7	<導入>元気さんを探せゲーム ○ いろいろな生活場面のイラストを見て、元気さんを探し、その理由を発表する。 元気さんってどんな子？	・ 思いつくままに発表してよいことを伝える。 ・ 様々な生活場面を羅列したイラスト ・ 子どもたちの生活経験をもとに思いついたことを発表する。
10	1. ブレインストーミングによりできるだけたくさん元気なイメージを出し合う。 ・ 病気をしない、学校を休まない ・ 外で元気に遊ぶ ・ 給食をたくさん食べる ・ 何でもやってみようとする など	・ ブレインストーミングの行い方を確認しながら、3～4人分のグループで3分間程度考えを出し合う。(画用紙に付箋を貼る) <関心・意欲・態度>行動の観察
10	2. 出された元気のイメージを、心や体の健康な状態として整理する。 健康は、病気をしないだけでなく、気持ち意欲的であることなど、心や体がよい状態であること。	・ この活動を通して、自らの生活経験をもとに心や体の調子のよい状態が、さまざまにあることを実感させたい。 ・ 必要に応じて、心の状態についても目を向けるよう助言する。 ・ 画用紙に書き込んだ内容も思い出しながら、グループごとに話し合いを進める。 ・ ここで、元気な状態を、心や体の健康として押さえる。 <知識・理解>ワークシート
15	3. 心や体の健康について、主体要因と環境要因を、資料から読み取り、関係づける。 健康な状態には主体の要因と身の回りの環境がかかわっていること 元気さんってどうやって育つの？ ・ 生活場面のイラストを通して、主体の要因と環境の要因を探る。 <主体の要因>自分の生活にかかわることを、食事・運動・睡眠・休養の内容から整理する。 <環境の要因>一人一人が教室など身の回りのことでできることを、換気などの内容から整理する。	・ ここでは、健康の成立要因の内容についてあまり深入りせず、健康の成立条件として扱う程度とする。 <思考・判断>ワークシート
3	4. 心や体の健康な状態と現在は今後の予想できる楽しい生活について考え、発言する。 心や体が健康だと、どんなことができるだろう？	・ 心や体の健康な状態は、明るく楽しい毎日につながり、かけがえのないものであることを実感できるようにする。 ・ 心や体に加えて、友だちと協力するなど、楽しい生活についても補足する。

4 授業の様相と展開のポイント

- ① 導入 「元気さんをさがせゲーム」 いろいろな生活場面のイラストを見て、元気さんをさがし、その理由を発表する。

<授業の様相>

授業の導入場面で、ゲーム形式を用いることにより子どもたちの健康に対する関心が高まり、活発な雰囲気になった。また、健康の状態をはっきりとイメージでき、本時の学習の方向性も明らかになった。

- ・早起きしている。 ・朝、運動している。 ・朝、犬と散歩している。 ・朝ごはんをもりもり食べている。
 - ・外で元気に運動している。 ・休み時間になわとびをしている。 ・友だちとサッカーをしている。
 - ・夜、歯磨きをして、むし歯に気をつけている。 ・頭を働かせて勉強している。 ・早く寝ている。
- など生活場面の拡大イラストに元気な姿が理由付きでたくさん書き込まれ、活発な意見交流ができた。

<展開のポイント>

学習を身近な現象面から立ち上げるために、子どもたちが誰でも経験していそうな日常の生活場面のイラストを自作し、そこから元気な姿と健康の状態を結びつけるような展開を試みた。

- ② 元気さんってどんな子だろうか、ブレインストーミングによりできるだけたくさん元気なイメージを出し合う。

<授業の様相>

- ・残さずごはんを食べる。 ・元気に遊ぶ子。
- ・病気になる子。 ・遊具を使って遊ぶ子。
- ・元気もりもり運動する子。 ・食欲がある子。
- ・友だちと仲良く遊ぶ子。 ・何にでも真面目にする子。
- ・勉強を一生懸命する子。 ・朝、早起きする子。
- ・夜、早く寝る子。 ・学校を休まない子。
- ・好き嫌いなく残さず食べる。 ・手洗い、うがいをし
- ・にっこりしてる子。 ・てる。
- ・歯磨きする子。 ・真剣にやる子。
- ・いつもあきらめない子。 ・花に水をやって、心
- ・清潔な子。 ・が落ち着いてる子。

など、非常に多岐にわたるイメージが出された。身近な事象から具体的に姿をイメージすることができた。



<展開のポイント>

健康を理論的に概念として教えるのではなく、特に、3年生であることから、少しでも身近な現象面から、具体的に、健康の状態である、元気な姿を自由に思考するといった方法をとった。

子どもたちの学習の様子から、3年生のこの時期でも十分にブレインストーミングを行うことができ、授業のねらいを達成するために、効果的な活動の方法であると思われた。



③ 出された元気のイメージを心や体の健康の状態として整理する。

＜授業の様相＞

ブレインストーミングで書き込んだ画用紙をもとに、グループごとに話し合いを進め、元気な姿を、健康の状態として整理した。

＜展開のポイント＞

健康が単に病気をしない、かぜをひかない、ということだけでなく、前半での元気のイメージがより幅広い健康の状態の認識へとつながり、3年生としての健康の状態を整理することができた。

ここでは、特に「健康」の用語を押さえることとした。

④ 心や体の健康について、主体要因と環境要因を資料から読み取り、関係づける。

＜授業の様相＞

導入で使ったイラストの生活場面を通して、「健康な子はどのように育つのか」について、全体で話し合いながら進めた。主体の要因については活発に意見が出されたが、環境の要因については、あまり聞かれなかった。

＜展開のポイント＞

ここでは、健康の成立要因として深入りすることは避けたい。健康の成立条件として簡単に、自分の生活にかかわることと教室など身の回りのことでできることを扱う程度とする。また、子どもから発言が少なかった環境要因の整理については教師が必要に応じて補足することとする。

⑤ 心や体の健康の状態と現在、または今後の予想できる楽しい生活について考える。

＜授業の様相＞

本時の活動を通して考えてきた、心や体の健康が現在や今後の生活の中でどんな楽しいこととや幸せにつながるのか、一人一人が熱心にワークシートに書き込んでいく姿が見られた。



＜展開のポイント＞

本時の活動のまとめとして、元気な姿＝心や体の健康が、今の生活や今後の生活の中で、さまざまな楽しさや幸せにつながることを想像することで、健康がかけがえのないものであることを実感できるようにしたい。

5 ワークシート

わたしの健康 ワークシート

組 なまえ

- 「健康」^{けんこう}ってどんなこと？

$$\left[\begin{array}{c} \\ \\ \\ \end{array} \right]$$

- 「健康な元気さん」ってどうやって育つのかなあ？

元気さんはしあわせ!

心や体が健康だと、こんなことも、あんなこともできるよ!!

This image shows a blank sheet of white paper with ten horizontal dashed lines, typical of primary-ruled notebook paper. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

わたしが元気さんです！

心や体が健康だと、こんなこと
も、あんなこともできるよ！



<ブレインストーミングの行い方>

(ゲームのやくそく)

- たくさんの考えを出せたら勝ちだよ。
- 友だちの考えを「ちがうよ」とかいうのはダメだよ。
- 友だちの考えを聞いて、思いついてもいいよ。
- 正かい，まちがい，はないよ。

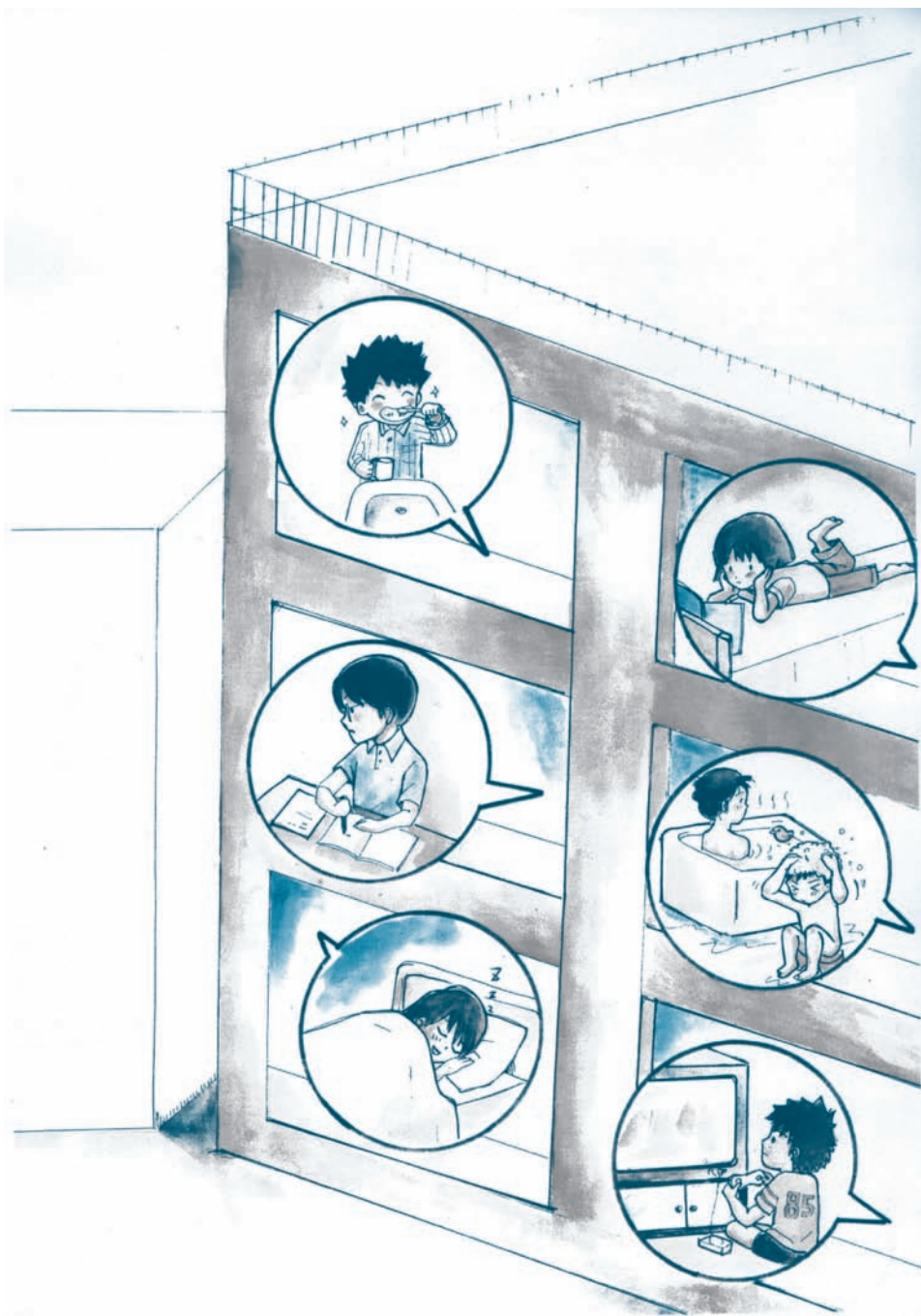
<その他の資料>

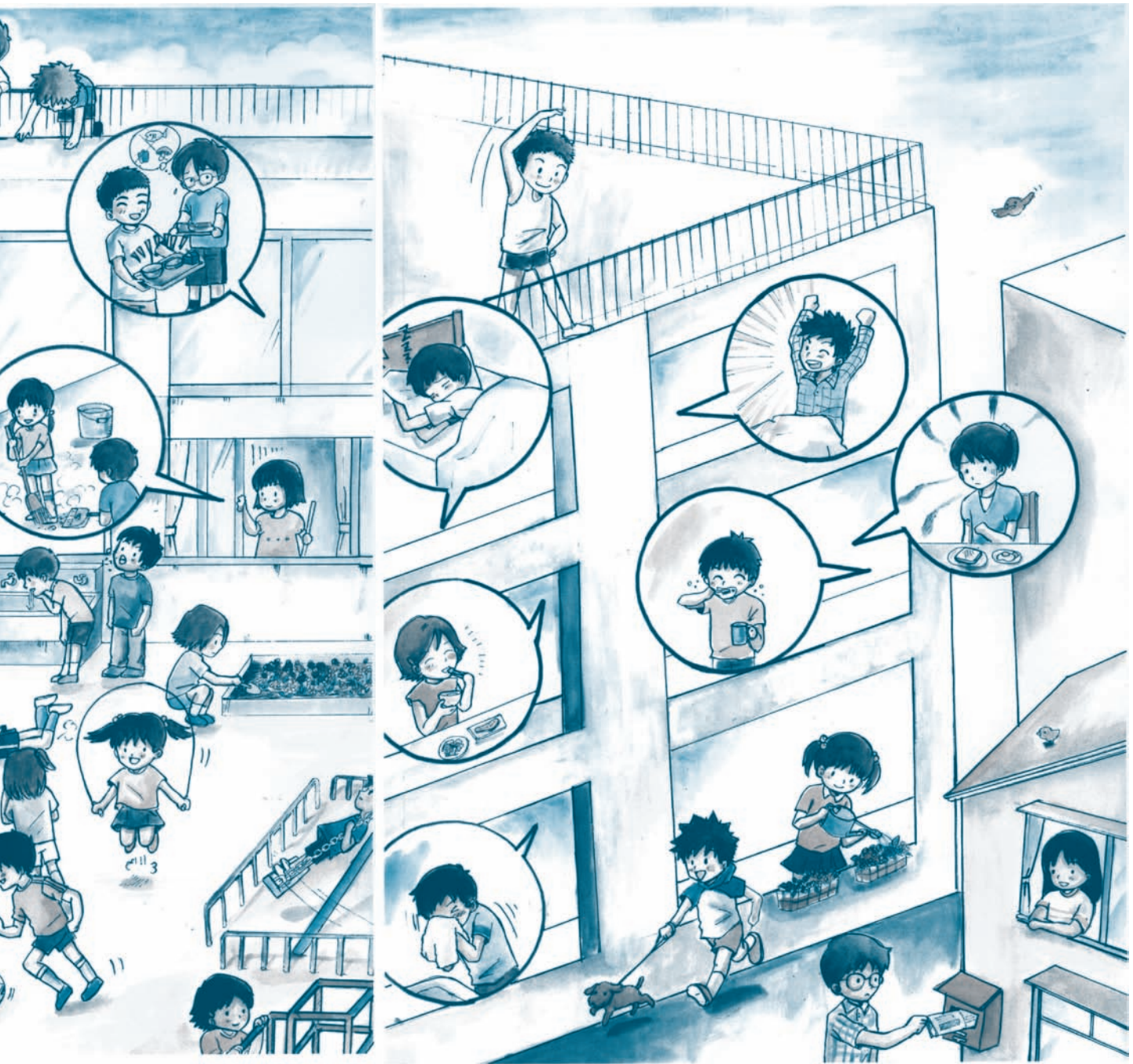
健康けん こうとは，病気びょう きをしないだけでなく，友だちと
なかよくでき，心や体の調子がよいこと

自分の心や体のこと

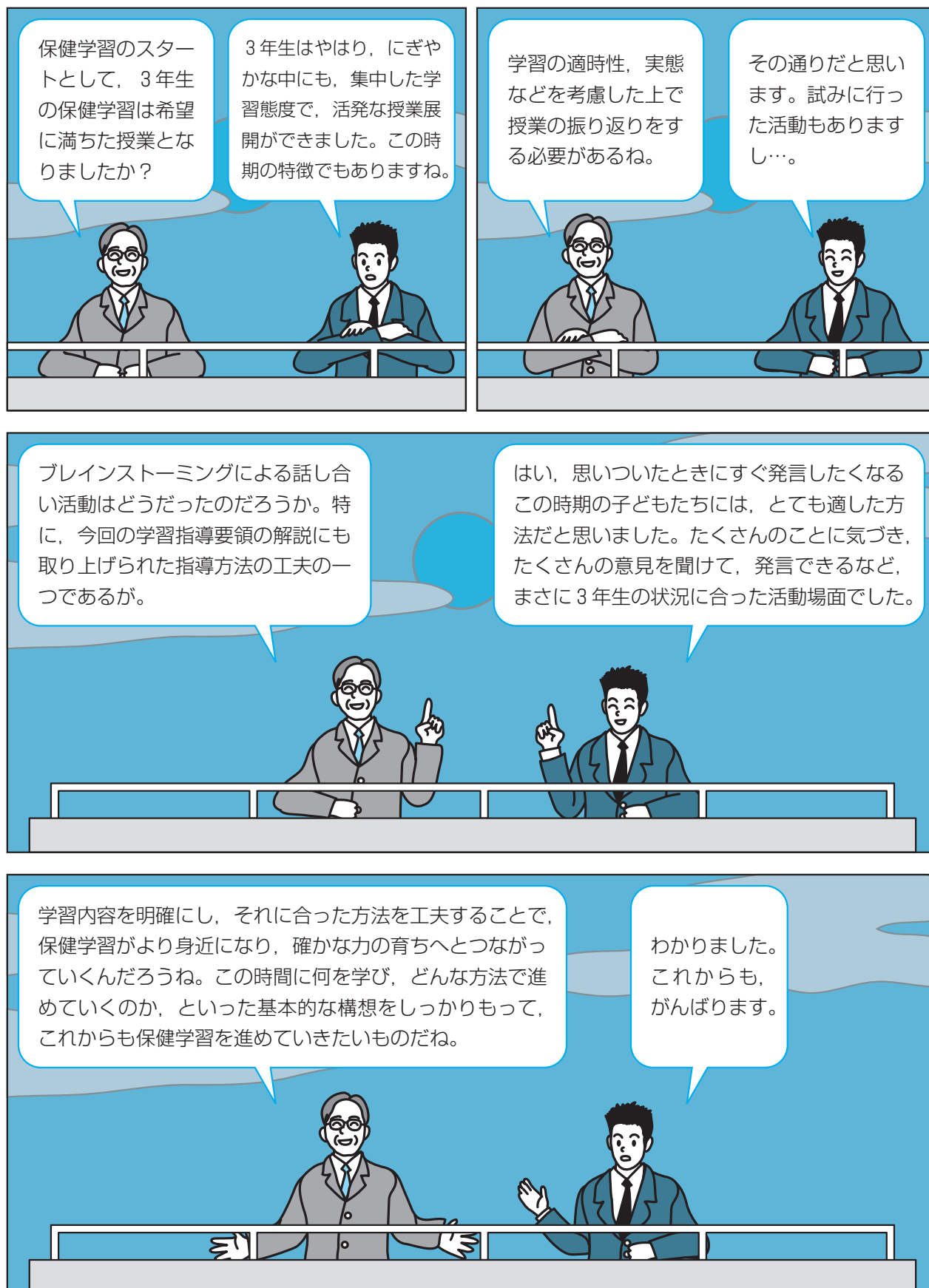
身の回りのこと

元気さんってどんな子？



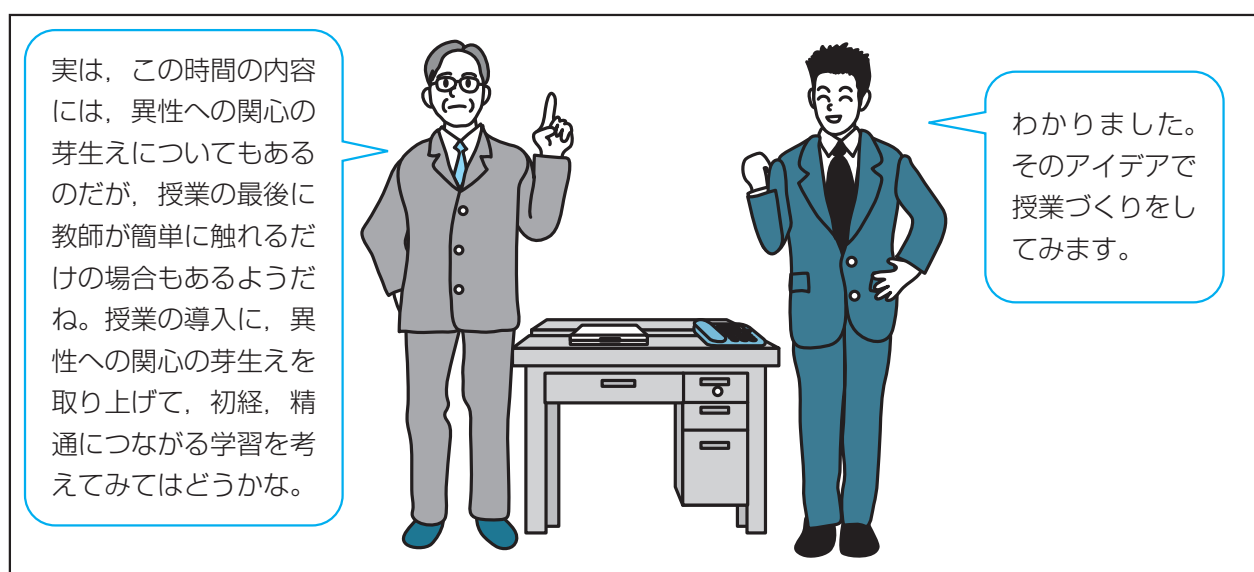
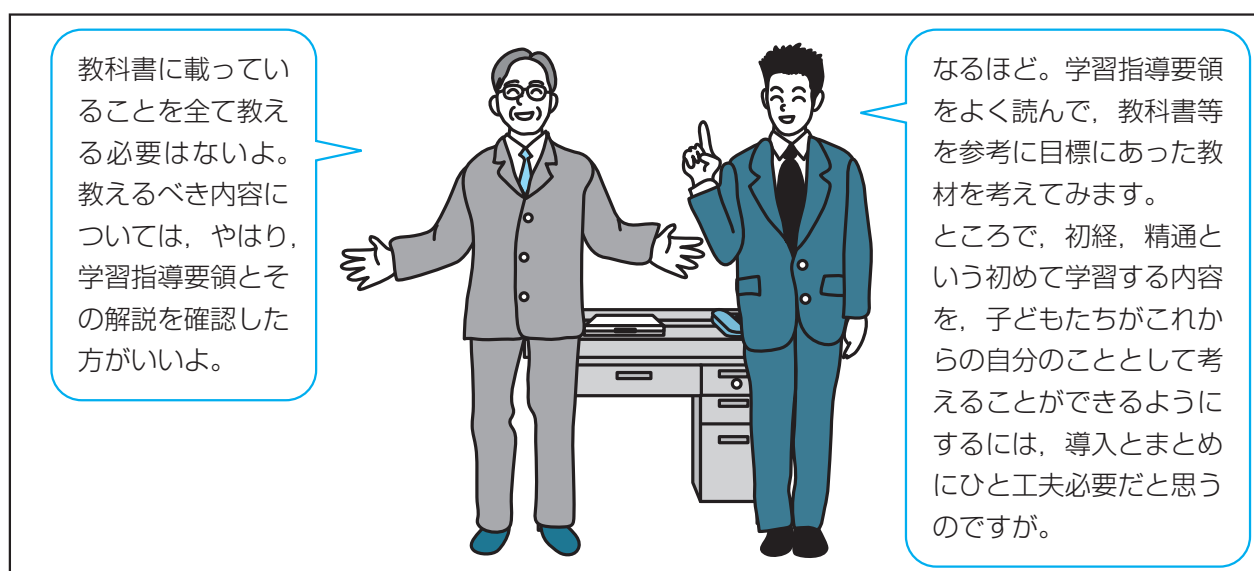
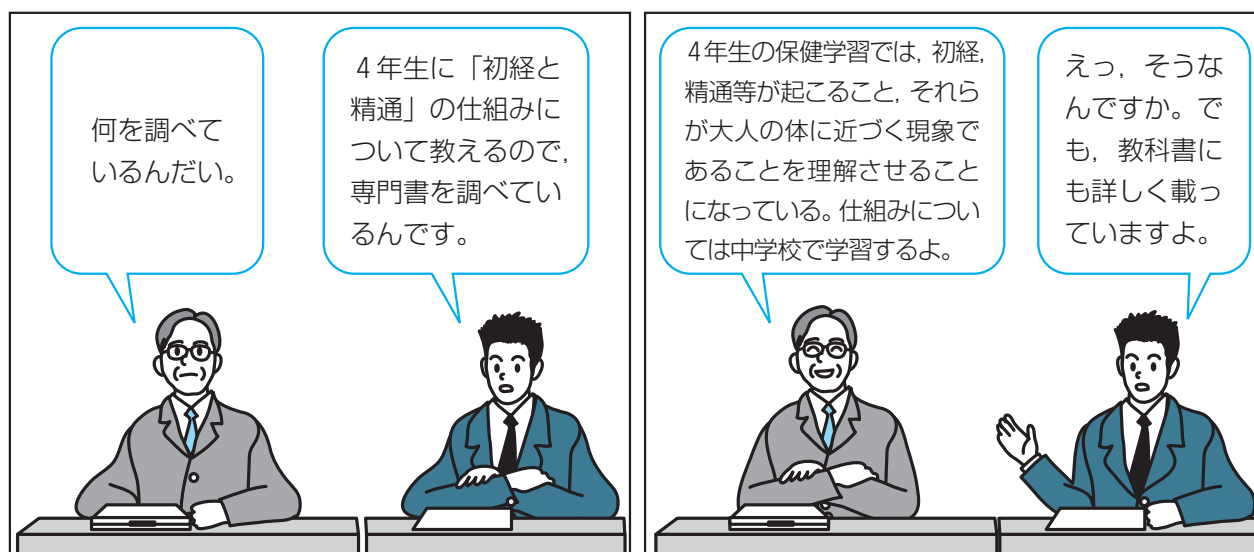


7 実践を終えて



第4学年の展開例

単元名 「育ちゆく体とわたし」



1 課題の設定

本単元は、児童の発育・発達の早期化や生活習慣の乱れなどに対応するため、平成10年学習指導要領から中学年において指導するようになったが、思春期における初経、精通、発毛などの現象をほとんどの子どもが発現していない状況の中で、これらの内容を子どもに理解させるには、工夫が必要である。体の発育・発達や性に関する内容について、発達段階を踏まえて、子どもたちに実感をもって学習させるにはどうしたらよいのだろうか。

第4学年で、思春期の体の変化について指導する場合、体つき、変声、発毛など目で見たり、耳で聞いたりできる内容から、初経、精通など体の中の変化についての内容を扱っている。しかし、教科書を表面的に教えたり、発達段階を考慮せずに、体つき、変声、発毛などを簡単に扱い、中学校で扱う初経、精通の仕組みを細かく指導したりする授業も見受けられる。

また、(財)日本学校保健会の調査によると、初経、精通に関する知識の定着が、他の内容に比べて低いという結果も出ている(14ページ参照)。

したがって、小学校で取り扱う内容を確認した上で、実践的な理解が深まるように第4学年にあった具体的な教材を活用して指導することが重要である。

今回の実践は、第4時の思春期に起こる体の変化について取り上げる。本時では、導入で異性への関心の芽生えを学習することで、心にかかわる内容から体の変化を予想し、初経、精通と学習を進める学習を考えてみた。また、本時で学習する初経、精通について、現象面を押さえる教材を作成し、理解の定着を図るとともに、学習したことを生かして自分の体の変化として肯定的に受け止めることができるように工夫してみた。

評価のポイントとしては、発毛、初経、精通等の新しく学習した内容を、これからの自分に当てはめて考えることができるかどうか、友だちへのアドバイスという場の設定をしてみることにした。

2 単元について

1) 単元の目標

体の発育、発達について理解できるようにする。

- ・体の発育・発達について、進んで課題を調べたり、わかったことを発表したり、友達の意見を真剣に聞いたりしようとする。(関心・意欲・態度)
- ・体の発育・発達について、自分の成長を振り返りながら課題を設定し、これからの自分の生活を予想しながら、よりよい発育・発達を目指して解決の方法を考えたり、判断したりすることができる。(思考・判断)
- ・体の発育・発達の現象、思春期の体の変化、異性への関心の芽生え、体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方について理解できる。(知識・理解)

2) 単元計画

	第1時	第2時	第3時	第4時
主な学習内容と方法	「育ちゆく体の変化」	「思春期に起こる体の変化①」	「思春期に起こる体の変化②」	「体をよりよく発達させるための生活の仕方」
	○ 一般的に体におきる現象 ○ 体の発育・発達の個人差	○ 大人の体つき ○ 変声, 発毛 ○ 発育の個人差	○ 異性への関心の芽生え ○ 初経, 精通 ○ 発現時期の個人差	○ 体をよりよく発達させるための食事・運動・休養及び睡眠
	体験を取り入れた学習	一斉学習	一斉学習 グループ学習	グループ学習
評価方法等	観察 ワークシート 対話	観察 ワークシート 対話	観察 ワークシート ペーパーテスト	観察 ワークシート ペーパーテスト

3 本時（第3時）について

1) 本時のねらい

思春期の体の変化について、友達の意見を聞いたり、自分の考えや意見を言ったりしながら進んで学習に取り組み、思春期になると、個人差はあるが、初経、精通などの大人の体に近づく現象が現れることを理解できるようにする。

- ・ 思春期の体の変化について、友達の意見を聞いたり、自分の考えや意見を言ったりしながら進んで学習に取り組もうとする。(関心・意欲・態度)
- ・ 思春期の体の変化について、学習したことを自分のことに当てはめて考えることができる。(思考・判断)
- ・ 思春期になると、個人差はあるが、初経、精通などの大人の体に近づく現象が現れることを理解できる。(知識・理解)

2) 本時における観点別の学びの姿

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
十分満足できる状況	思春期の体の変化について、自ら進んで自分の意見を言ったり友達の発育・発達に関する発言を真剣に聞いたり、大切なことを注目したりしている。	思春期の体の変化について、肯定的に受け止め、学習したことを応用している。	思春期の体の変化と個人差について、自分の言葉で具体的に説明している。
おおむね満足できる状況 (評価規準)	思春期の体の変化について、自分の意見を言ったり、友達の意見を聞いたりしようとしている。	思春期の体の変化について、学習したことを自分に当てはめたり適用したりしている。	思春期の体の変化や個人差があることについて書いている。
努力を要する状況	思春期の体の変化について、友達の意見を聞こうとはせず、自分の意見を言うだけの状態にとどまっている。	思春期の体の変化について、学習したことを、当てはめられない状態にとどまっている。	思春期の体の変化について、書けない状態にとどまっている。

評価規準とは、おおむね満足できる状況を示す。

3) 本時の展開

時間	学習内容・学習活動	教師の支援・評価
10	1 事例をもとに、異性への関心の芽生えについて考える。 思春期になると異性への関心が芽生えること この場面で、Aさんの気持ちについて考えてみましょう。また、自分だったらどうか考えてみましょう。	・前時の学習を振り返りながら、子どもが発育・発達について肯定的になっているかどうか確認する。 ・教師の体験話や中学生の体験録音テープ等を聞かせ、体の発育・発達に伴い心も成長する中で起きることであることを説明する。 ・わかる人とわからない人がいることから、異性への関心の芽生えにも個人差があることに気づかせる。 <関心・意欲・態度>観察
1	2 初経、精通を中心に大人の体に近づいてきた現象について考える。 思春期になると初経、精通などが起こること ① 体の変化について確認する。 異性への関心の芽生えのような心の変化と同じように目に見えない体の変化も起こってきます。 今日は、初経、精通について学習します。これらについて、教材などを参考にどんなことか調べてみましょう。	・前時の学習した内容を確認させる。 ・心の変化から、体の内面の変化に気づかせるような発問の工夫をする。 ・心の変化からではイメージしにくい子どもには、変声のように目に見えない体の変化もあることを補足説明する。 ・前時の学習を振り返りながら、子どもが発育・発達について肯定的になっているかどうか確認する。
10	② 初経、精通について教科書や自作資料で調べる。	・グループで初経か精通いずれか一つの分担を決めて、個人で調べるように指示する。 ・ワークシートに調べたことを書き込むように指示する。
7	③ 自分の調べたことを友達に説明する。	・自分で調べたこと（初経か精通）を、グループの中で別なことを調べた児童に説明する。 ・上手に説明をし合っているグループを取り上げ、参考にさせる。
3	④ 初経、精通についてまとめる。	・ワークシートに記入したことを発表させ、教師がまとめる。
7	⑤ 学習したことを生かす。	・アドバイスが思い浮かばない児童に対しては、学習したことを伝えるよう助言する。 ・初経、精通は、個人によって早い遅いがあるものの、誰にでも起こる大人の体に近づく現象であることを押さえるとともに、これらの現象に対して肯定的に受け止めることができるように言葉掛けをする
8	3 学習のまとめをする。	・ワークシートで、本時の内容をまとめる。 ・確認テストで学んだことを確認する。 <思考・判断>ワークシート 観察 ペーパーテスト <知識・理解>ペーパーテスト

4 授業の様相と展開のポイント

① 導入

資料の事例を用いて考え、中学生の体験録音テープ等を聞く。

〈授業の様相〉

教材の登場人物の気持ちを考えたり、中学生の異性への関心についての録音テープを聴いたりすることで、これから起こるであろう異性への関心について意欲的に学習に取り組むことができていた。

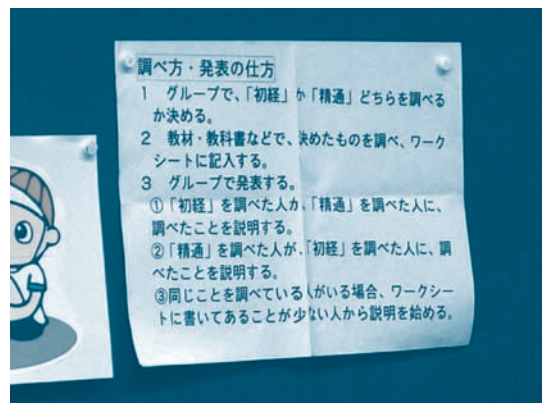
〈展開のポイント〉

異性への関心の芽生えについては、授業の最後に簡単に触れる程度に扱われることもあるが、導入段階で意欲が高まる学習になるように工夫した。

② 初経，精通について調べ学習を行う。

〈授業の様相〉

子どもたちは、現象に絞ったことで、自作教材を中心に教科書等も参考にしながら、ワークシートに初経，精通の現象について調べたことを書き込むことができていた。



〈展開のポイント〉

初経，精通の仕組みを詳しく解説する教師の一方的な授業にならないように、子どもの発達段階を考慮し、初経，精通の現象に絞った学習内容にするための教材を作成し、それを中心教材として活用した。



〈授業の様相〉

グループ内の分担で、男子が精通、女子が初経を調べるところが多かった。調べたことを相手に説明することで、ワークシートに書き込みをしたり、相違点を確認し合ったりしながら理解が深める様子を観察することができた。

〈展開のポイント〉

グループを二つに分け、初経、精通のどちらか一つを調べるようにした。そして、それぞれ調べたことをグループ内で発表し合い、まとめたものを全体で発表する形をとった。



③ まとめの段階の工夫

〈授業の様相〉

子どもたちは、本時に学習したことを思い出しながら、初経、精通を大人の体に近づく変化だと捉え、アドバイスのせりふを書き込むことができた。また、個人差があることを助言している内容も見受けられた。

〈展開のポイント〉

初経、精通という子どもにとってなじみのない内容を、これからの自分のこととして肯定的に受け取れるように、友達へのアドバイスという形で、学習したことを活用できるように教材を工夫した。



5 ワークシート

名前 ()

初経，精通について調べましょう。

初 経	精 通
○男女どちらに起こりますか。	○男女どちらに起こりますか。
○どんなこと（現象）が起こるのですか。	○どんなこと（現象）が起こるのですか。
○なぜ，初経は起こるのですか。	○なぜ，精通は起こるのですか。
○初経は，みんな同じ時期に起こるのですか。	○精通は，みんな同じ時期に起こるのですか。
○そのほか，わかったことを書きましょう。	○そのほか，わかったことを書きましょう。

6 資料

1 次のような場面で、Aさんの気持ちについて考えてみましょう。

このごろ、Aさんは、Bさん（異性）のことがとても気になります。3年生の時は何とも思わなかったのに、6年生になってからは、何をするにも気になってしまうのです。小さいときも好きだと思える子はいたけれど、今の気持ちは、小さいときとちょっとちがう感じです。Bさん（異性）の前に出るとはずかしいけれど、自分のことを意識してほしいと思います。



あなたはどちらの考えに近いか。



わかる

Aさんの気持ちはよくわかる。その人には、自分のいいところを知ってもらいたい。（Cさん）

ちょっとかっこつけたくなる。（Dさん）

ピンチの時にかばってあげたい。（Eさん）

むねが熱くなる。（Fさん）

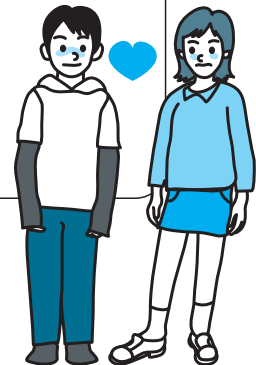


わからない

どうして、そういう気持ちになるのかな。（Gさん）

そんな気持ちになったことはないな。（Hさん）

小さいときの気持ちと変わらないと思う。（Iさん）



なぜ、このように小さいときとのちがいがでるのでしょうか。あなたの考えを書いてみましょう。

2 体の中ではじまっている変化

女子の変化

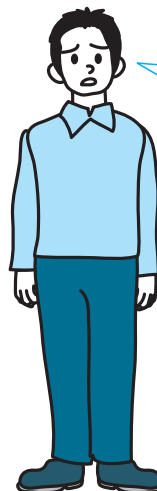
こんなに血が出て平気なのかな。



女子では、思春期になると、性器から血液が体の外に出されます。はじめてこのようなことが起こることを初経といいます。これが、月一回くらい起こるようになります。

男子の変化

おしっこをちびちびつたのかな。



男子では、思春期になると、性器から白い液が飛び出すことがあります。はじめてこのようなことが起こることを精通といいます。

初経や精通など、思春期に起きる変化は、大人の体に近づくことで起こります。起こる時期は一人一人ちがいますが、だれにでも起こることですので心配することはありません。大人の体に近づいたことを喜び、前向きに考えられるといいですね。心配な場合は、養護教諭に相談してみましょう。

3 大人の体になることに不安な友だちに、授業で学んだことから、不安をなくすように理由をつけて、アドバイスしてみよう。



初経が起こるなんて、いやだな。

友だち



精通が起こったら、どうしよう。

あなた

そんなに心配することないよ。

7 ペーパーテスト

確認テスト

名前 ()

問題1 (知識・理解)

次の文章の(ア)(イ)に当てはまる言葉で正しい組み合わせを、1～4から1つ選んでください。

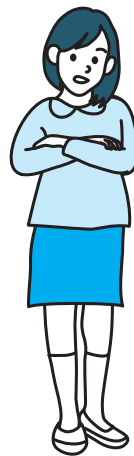
思春期には、(ア)では初経、(イ)では精通という現象が起こります。初経、精通は大人に近づくにつれて誰でも起こります。

- 1 ア：男子 イ：女子
- 2 ア：女子 イ：男子
- 3 ア：男子 イ：男子
- 4 ア：女子 イ：女子

問題2 (思考・判断)

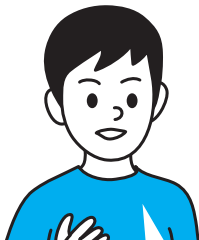
中学校1年生のAさんの悩みに対して、体の発育について正しく理解した上でアドバイスをしている人の組み合わせを1～6から選びましょう。

- 1 アーイ
- 2 ウーエ
- 3 アーエ
- 4 アーウ
- 5 イーウ
- 6 イーエ



Aさん

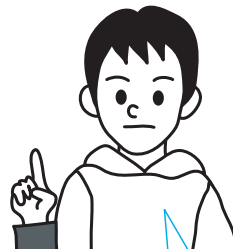
仲のよいともだちも初経が
起こっているのに、私はま
だなの。私の体はどうかし
てしまったのかしら。



ア みんな20歳にな
ってからなるんだ
よ。まだ、大人の
体になっていない
のだから当たり前
さ。



イ 身体の発育・発
達には個人差があ
るんだよ。体に異
常があるわけでは
ないよ。



ウ 身長が急に伸び
る時期は一人一人
違うだろ。初経も
同じだから、早い
友達もいるんだよ。



エ 思春期はみんな
同じに変化するよ。
まだないなんてお
かしいね。お医者
さんに行った方が
いいよ。

問題3（知識・理解）

思春期の心の変化について、考えましょう。1～4に対して正しい内容には○、間違っている内容には×を、それぞれの（ ）の中に入れてください。

- （ ） 1 思春期になると、男子は女子に、女子は男子に関心を持ち始める。
- （ ） 2 思春期になると体の変化とともに、心にもいろいろな変化が起こる。
- （ ） 3 男子と女子は、お互いのちがいに気づき始めて、反発することがある。
- （ ） 4 心の変化の現れ方^{あらわ}や起こる時期は、みんな同じである。

発展問題

発毛、変声、初経、精通とはどんな現象ですか。説明しなさい。

（発毛）

（変声）

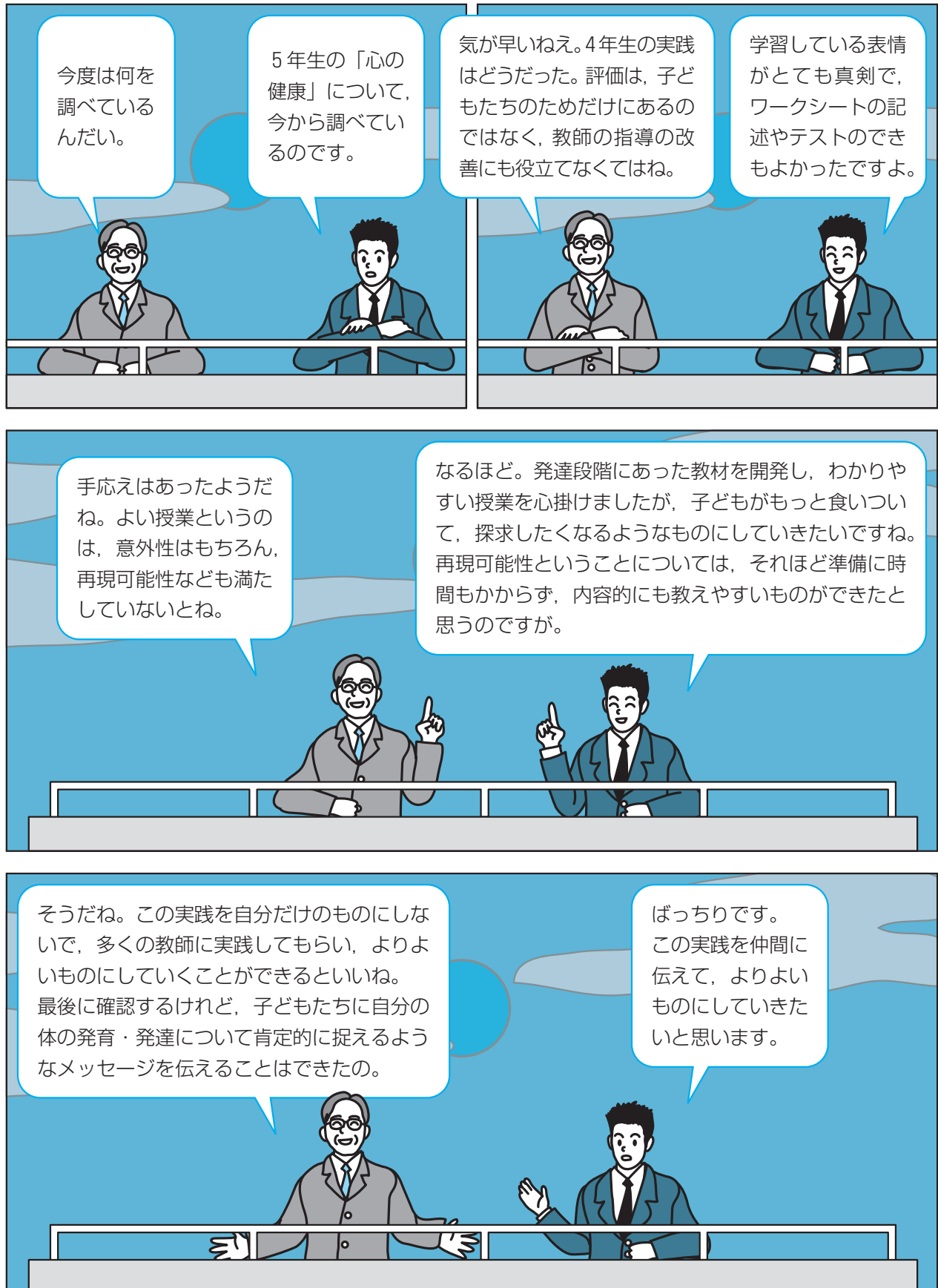
（初経）

（精通）

発毛、変声、初経、精通に共通していえることを書きましょう。

正解 問題1 2 問題2 5 問題3 1○ 2○ 3○ 4×

8 実践を終えて



第5学年の展開例 1

単元名 「心の健康」

「心の健康」の「不安や悩みへの対処」について、最近気になっていることがあるんだが…。 	年間計画にきちんと位置づけて保健学習を行っていますが、内容面ででしょうか。 	その通り！何をどこまで教えるか、先生がたの間では理解されているのだろうか。 	と、おっしゃいますと…。具体的には…？ 
教室の子どもたちを意図的にイライラさせるなど、不快な気持ちを作り出した上で、その状況をいかに乗り越えていくか、対処の仕方のみを教え込んでいく、といった授業が見られがちなのだが。 		それは、保健学習と保健指導が混同されているといった現状とも関係がありそうですね。	
「不安や悩みへの対処」では ○不安や悩みは誰もが経験すること ○不安や悩みへ対処にはさまざまな方法があり、自分に合った方法で対処できること が理解できることをねらった授業としたいものだ。 		わかりました。その意図を踏まえて、授業をつくってみます。	

1 課題の設定

本単元では特に、目に見えない心の様々な状況について、具体的かつ実感的に学習が進められるよう工夫していくことが大切である。誰でも経験する不安や悩みに対して、自分に合った対処の仕方を考えることで、今後の生活において経験するであろう自らの不安や悩みと向き合い、自分らしく豊かに生きていくことができるようにしたい。不安や悩みへの対処とは、それを消すための努力ではなく、正面から向き合い、上手につきあっていけるような自分を確立することであるとする。

具体的な展開については、第1時を一般的な心の発達の様子についての学習、第2時を心身相関についての学習、第3時を自分に合った不安や悩みへの対処の仕方についての学習とした。特に不安や悩みへの対処の仕方については、ブレインストーミングにより様々な不安、悩みの内容をできるだけたくさん出し合い、その対処の方法を吟味した上で、無意識のうちに行っている方法の意識化等も取り上げ、自分の不安や悩みに応じた対処の仕方について自らの考えを広げていくことに重点を置いた。

2 単元について

1) 単元の目標

- 心の発達及び不安、悩みへの対処の仕方について理解できるようにする。
- 心の健康について、課題に注目したり、自分の考えを発表したり、友達の意見を聞こうとしたりしようとする。(関心・意欲・態度)
- 心の健康について、自分の課題を見つけたり、課題を解決するために考えたり、判断したりすることができる。(思考・判断)
- 心は年齢に伴って発達すること、心と体は相互に影響し合うこと、不安や悩みへの対処には、大人や友達に相談する、仲間と遊ぶ、運動をするなどいろいろな方法があることを理解できる。(知識・理解)

2) 単元計画

	第1時	第2時	第3時（本時）
主な学習内容と方法	「心の発達」 ○ 年齢による感じ方の違い ○ 心の発達の様子	「心と体の相互の影響」 ○ 不安や悩みが体に与える影響 ○ 体調が心に与える影響 ○ 心と体の相互の影響	「不安や悩みへの対処」 ○ 様々な不安や悩み ○ 様々な不安や悩みへの対処の仕方 ○ 自分に合った不安や悩みへの対処の仕方
	ロールプレイング ケーススタディ	一斉学習	ブレインストーミング 一斉学習
評価方法等	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート ペーパーテスト

3 本時（第3時）について

1) 本時のねらい

不安や悩みはさまざまな方法により対処できることを知り，自分に合った方法で不安な悩みへの対処できることを理解できるようにする。

- ・不安や悩みをもった心の状況について，自らの経験をもとに発表しようとする。（関心・意欲・態度）
- ・不安や悩みへの対処の仕方について，友達の話をもとにして予想したり比べたりして，自分の生活にあてはめることができる。（思考・判断）
- ・不安や悩みの内容とその対処の仕方について，さまざまな内容を書きだすことができる。（知識・理解）

2) 本時における観点別の学びの姿

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
十分満足できる状況	不安や悩みをもった心の状況について，自らの経験や予想をもとに発表している。	不安や悩みへの対処の仕方について，具体的な改善点をもって自分の生活に適用している。	不安や悩みの内容とその対処の仕方について，さまざまな具体例を挙げて説明している。
おおむね満足できる状況（評価規準）	不安や悩みをもった心の状況について，自らの経験をもとに発表している。	不安や悩みへの対処の仕方について，友達の話をもとにして予想したり比べたりして，自分の生活にあてはめている。	不安や悩みの内容とその対処の仕方について，さまざまな内容を書いている。
努力を要する状況	不安や悩みをもった心の状況について，友達の考えを聞くだけの状態である。	不安や悩みへの対処の仕方について，漠然と話を聞き，教師に指示を待っている。	不安や悩みの内容とその対処の仕方について，一つのことに限定された内容を書いている。

評価規準とは，おおむね満足できる状況を示す。

3) 展 開

時間	学 習 内 容 ・ 学 習 活 動	教 師 の 支 援 ・ 評 価
2	＜導入＞連想ゲーム ○「不安や悩み」という言葉から思いつくことを発表し、言葉のイメージを確かにする。	・思いつくままに発表してよいことを伝える。
5	1. どんな不安や悩みがあるか、ブレインストーミングによりできるだけたくさん出し合う。	・ブレインストーミングの行い方を確認しながら、3～4人分のグループで3分間程度考えを出し合う。(画用紙に発言を貼る) ＜思考・判断＞発言の様子
10	2. 不安や悩みが生まれたときどうするか、その対処の仕方をできるだけたくさん出し合う。 不安や悩みへの対処にはいろいろな方法があること	・この活動を通して不安や悩みが誰にでもあること、対処方法には、いろいろな方法があることを、押さえた
10	3. 出された不安や悩みに対して、どのような対処の仕方が考えられるか、事例を通してグループごとに話し合う。 ・落ち込んだ様子のAさんを通して、その不安や悩みの内容に思いをめぐらせ、対処の仕方を考える。 ここに朝からずっと落ち込んだ様子のAさんがいます。Aさんの不安や悩みの内容を想像し、どうすれば顔が再び明るくなるか考えてみましょう。 ・対処の仕方を発表する。	・一般的に否定されるような対処の仕方が出ても、すぐに否定せずその質的内容を自ら考えることができるよう問い返す。 ・「相談する」「運動する」など児童から出てこないものは、教師が補足する。 また、体ほぐしの運動も有効な方法の一つであることにふれる。 ・画用紙に書き込んだ内容も思い出しながら、グループごとに話し合いを進める。 ・仮想のAさんを通して考えることにより、安心して自分の心と向き合えるようにしたい。 ・Aさんの不安や悩みの内容については、クラスで出された不安や悩みの中から、教師がグループごとに割り振る。 ＜知識・理解＞グループの画用紙の内容 ・一つの不安や悩みに限定された対処の仕方やいくつかの不安や悩みに共通する対処の仕方など、いろいろな方法があることにもふれる。
15	4. 自分に生かせそうな不安や悩みへの対処の仕方を考える。 自分にあった仕方で対処できること	・自分にあった、またはあいそうな対処の仕方を見つけることにより、これからの生活で不安や悩みと上手に付き合っていけるようにしたい。 ・不安や悩みが誰にでもあることだけでなく、成長への重要な一歩となること、ここで考えた対処の仕方は、不安や悩みを消すことでなく、不安や悩みを乗り越え自分らしく生活していくものになるものであることも押さえない。
3	5. 単元のまとめをする。	＜思考・判断＞ワークシート、ペーパーテスト ＜知識・理解＞ペーパーテスト

4 授業の様相と展開のポイント

① 導 入

「不安や悩み」という言葉から思いつくことを発表し、言葉のイメージを確かにする。

<授業の様相>

授業の開始にあたり、ゲーム形式を用いることにより子どもたちの関心が高まり、活発な雰囲気になった。また、本時の学習の方向性も明らかになった。

<展開のポイント>

単元構想当初は、「不安や悩みをもったことがありますか」と子どもたちの経験や実体験からの導入を考えたが、ややもするとマイナスイメージからのスタートとなってしまう、との懸念から今回の連想ゲーム形式を取り入れた。

② どんな悩みや不安があるか、ブレインストーミングによりできるだけたくさん出し合う。

<授業の様相>

- ・ 友だちとけんかしてうまくあやまれず、仲直りできない。
- ・ 習い事があって、すこししか遊べない。
- ・ なんとなく自信がもてない。
- ・ 将来仕事にちゃんとつけるか心配。
- ・ 最近太ってきた。
- ・ 友だちに悪口を言われる。
- ・ 勉強してもテストの点が悪い。
- ・ 勉強が嫌いだけどやらなきゃいけない。
- ・ 親に怒られる。
- ・ 隣の席の人とうまくいかない。

など画用紙に発言がたくさん貼られ、導入から引き続き活発な話し合いが続いた。



<展開のポイント>

一斉指導での全体で話し合いを進めていく方法も考えられたが、ブレインストーミングによる小グループでの話し合いが個々の考えや思いついた内容を出しやすく、構えずに話せるため、一人一人の「不安や悩み」の認識を十分に広げていくことができた。

ただ、「地球の環境問題」や「不審者対応の不安」など身近でなかったり、自分の対処の仕方に直接かわからないような意見も見られるので、以降の学習場面での教師の内容整理が必要になる場面も考えられる。



③ 不安や悩みが生まれたときどうするか。その対処の仕方をできる限りたくさん出し合う。

＜授業の様相＞

ここでも4～5人による小グループでのブレインストーミングによりにぎやかな話し合いが各グループで行われた。

- | | | |
|-------------|-------------------|-----------------|
| ・自力で立ち向かう。 | ・勇気を出して行動する。 | ・カラオケで歌う。 |
| ・遊んですっきりする。 | ・好きなことをして忘れる。 | ・マッサージでリラックスする。 |
| ・先生に相談する。 | ・親に相談する。 | ・音楽を聴く。 |
| ・友だちに相談する。 | ・ものをこわして、うさ晴らしする。 | |

＜展開のポイント＞

小グループでの話し合いは発言しやすいため、一般的に許容できない内容も全体での話し合い活動の場面よりも多くも出てくるが、「不安や悩みへの対処の仕方」についての個々の認識を広げることがねらいであるため、ブレインストーミングによる活動を位置付けた。

なお、許容されにくい対処の仕方については、この場面では否定しないこととする。

④ 出された不安や悩みに対して、どのような対処の仕方が考えられるか、事例を通してグループごとに話し合う。

＜授業の様相＞

②の活動で出された「不安や悩み」の中から、話し合いが膨らみそうなものを教師が選択し、各グループに振り分けた。「地球環境の心配」など、あまり身近でない内容に対しては、教師が内容整理をおこなった。グループごとの話し合いの場面では、自らの経験をもとにしたり、③の活動を思い起こしたりしながら話し合いが進められた。

＜展開のポイント＞

前項までの活動の後、実際に対処の仕方を試してみよう、との授業が見られるが、本実践では

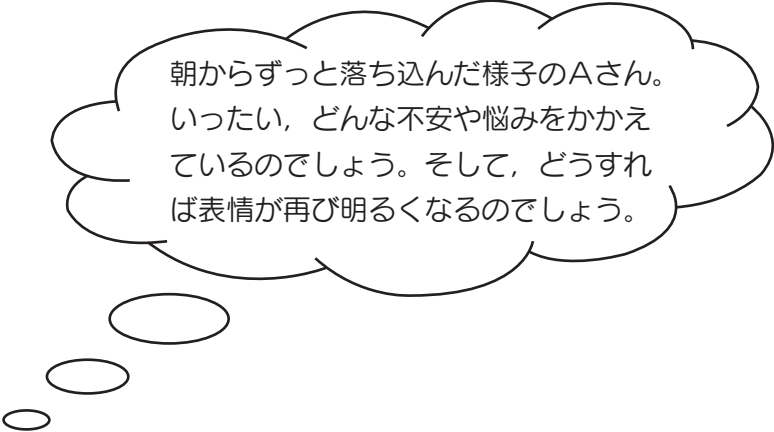
- ・さまざまな「不安や悩み」があること
- ・さまざまな「不安や悩みへの対処の仕方」があること

の新たな認識から、自分にできそうな対処の仕方、やってみたい対処の仕方、自分に合いそうな対処の仕方、など一人一人の更なる認識の広がりをめざした。単元の後半に、単にリラクセーションの方法を知って終わる授業ではなく、現在も含めた今後の生活において次々に生まれる「不安や悩み」とどのように向き合っていくか、その時の行動を決定するために必要な学びの内容をここに位置付けた。



5 ワークシート

Aさんの不安や悩み…



朝からずっと落ち込んだ様子のAさん。
いったい、どんな不安や悩みをかかえているのでしょうか。そして、どうすれば表情が再び明るくなるのでしょうか。

<不安や悩みの内容>

<Aさんへのアドバイス> (不安や悩みへの対処の仕方)

心の健康ワークシート

組 名前

○自分のやったことのある不安や悩みへの対処の仕方

[]

○自分のやったことのない不安や悩みへの対処の仕方

[]

○学習をふり返って

不安や悩みはだれにでもあるものです。また、不安や悩みは消えるものでもありません。そんな不安や悩みとどのように付き合っていくかは、あなただけです。

今日の学習を通して、過去をふり返ったり、これからの生活を予想したりして、自分に合った不安や悩みへの対処の仕方、または、ためしてみたくなった不安や悩みへの対処の仕方について教えてください。理由も聞けたらいいな。

[]

6 ペーパーテスト

心の健康 テスト

問題1（知識・理解）

心についてのA～Cの文章を読み、それぞれ正しいものを一つ選んで、その番号に○をつけなさい。

A：(ア) 周りの人から自分がどう思われているかと気になりだすのは、心が発達しているからです。

(イ) 遊びや学習、自然とのふれあいなどの体験は、心の発達に関係します。

1. (ア)も(イ)も正しい
2. (ア)は正しい、(イ)は正しくない
3. (ア)は正しくない(イ)は正しい
4. (ア)も(イ)も正しくない

正解 1

B：(ア) 緊張したり心配なことがあったりすると、おなかが痛くなったり食欲がなくなったりするのは、心と体が互いに影響しあっているからです。

(イ) 病気や寝不足などで体調が悪いとき、何もやる気が起こらなかつたりするのは、心と体が互いに影響しあっているからです。

1. (ア)も(イ)も正しい
2. (ア)は正しい、(イ)は正しくない
3. (ア)は正しくない(イ)は正しい
4. (ア)も(イ)も正しくない

正解 1

C：(ア) 心の働きは心臓で行われています。

(イ) 心の働きは脳で行われています。

1. (ア)も(イ)も正しい
2. (ア)は正しい、(イ)は正しくない
3. (ア)は正しくない(イ)は正しい
4. (ア)も(イ)も正しくない

正解 3

問題2（思考・判断）

次のような場面ではどうすればよいですか。最も適切なものを一つ選んで、○をつけなさい。

＜場面＞ Aさんは、友達のBさんとけんかしてしまい、仲直りができずに落ち込んでいます。

1. Bさんとは、つきあわないようにする。
2. Bさんの悪口を言う。
3. 自分のせいだと思いうようにして、自分を責める。
4. 自分の好きな趣味やスポーツをして、自分の気分を変えるようにする。

正解 4

なおテストの問題は、(財)日本学校保健会による「保健学習推進上の課題を明らかにするための実態調査」（2004年実施）で用いた問題を使用している。

7 実践を終えて

実践を終えたようだが、学習内容を考える時、小中高の学校間の連結に目を向けることも忘れてはいけないな。心の学習は、それぞれの学校段階で位置づいているから、小学校での学びはこのことを踏まえて捉えられるべきだ。

そうですね。そうしないと学習内容の欠落や重なり、行き過ぎなどの事態が懸念されますね。「心の健康」が小学校期で完結されるわけではない、という視点から、改めて本単元の学習内容を捉えることの大切さがわかりました。

さて実践だが、学習意欲を高める導入や一人一人の考えを広げ、深めるためのブレインストーミングの活用など、展開に工夫があったようだね。

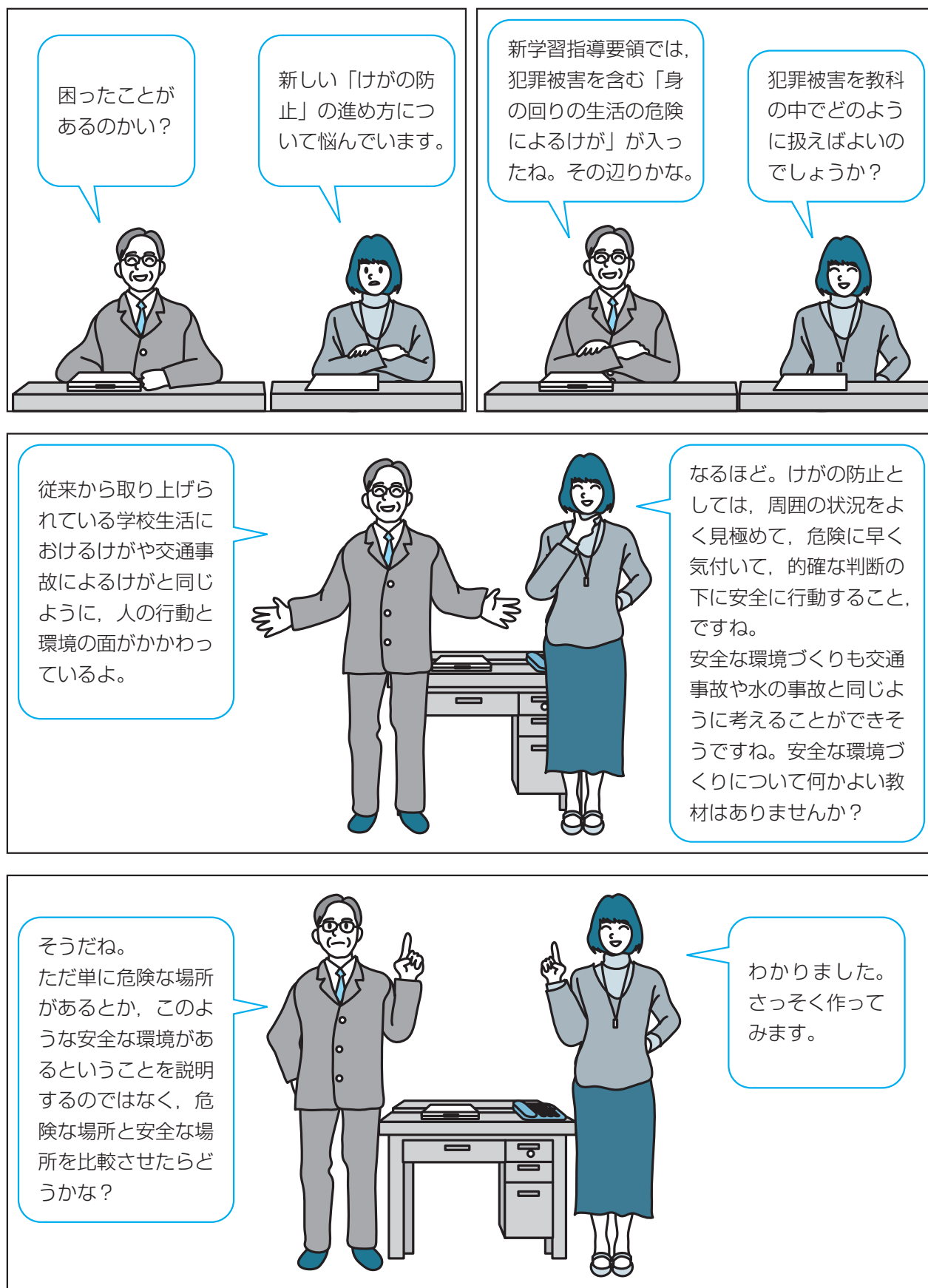
はい。でも導入や方法の工夫も大切ですが、肝心なのは学習内容を明確にしておくことだと痛感しました。

その通り！
3時間の授業で、何をどこまで教え、どのような力を育てるか、が授業の本質だと思うよ。

はい。私もそう思います。

第5学年の展開例2

単元名 「けがの防止」



1 課題の設定

第5学年「けがの防止」は、平成10年学習指導要領では交通事故、水の事故そして学校生活の事故によるけがが取り上げられていた。それに対して新学習指導要領では、交通事故によるけがと「身の回りの生活の危険によるけが」で示されている。学校生活の事故や水の事故はもちろん「身の回りの生活の危険」の一部だが、近年子どもたちの安全を脅かしている犯罪被害もまた「身の回りの生活の危険」に含まれる。

犯罪被害にかかわる内容としては、生活科の学習指導要領において「通学路の様子やその安全を守っている人々などに関心をもち、安全な登下校ができるようにする」と内容に位置づけられている。また特別活動における安全指導でも「防犯を含めた身の回りの安全、交通安全、防災など、自分や他の生命を尊重し、危険を予測し、事前に備えるなど日常生活を安全に保つために必要な事柄を理解し、進んできまりを守り、危険を回避し、安全に行動できる能力や態度を育成する」(学習指導要領解説特別活動編)という内容が示されている。

しかし保健では、交通事故同様に「身の回りの生活の危険」は人の行動と環境がかかわって発生すること、けがを防止するために危険に早く気づき、的確な判断の下に安全に行動することを学ぶ。犯罪被害についての内容も防犯教室と区別する必要がある。

また安全な環境づくりの面から、「交通事故、水の事故、学校生活の事故や、犯罪被害の防止には、危険な場所の点検などを通して、校舎や遊具など施設・設備を安全に整えるなど、安全な環境をつくる必要があること」を学ぶ。

この単元は、単元計画に示したように5時間構成とした。本時は第4時に当たるが、子どもたちにとって身近な通学路や公園などの写真を用いて、そこで発生しうる危険を予想させ、適切な回避方法や環境の改善方法について考えるという思考・判断を重視した内容となっている。その際、単に写真の中から危険を見つけるという学習ではなく、危険と安全の判断を促すように、2枚の写真を比較するという学習活動の工夫を行っている。

2 単元について

1) 単元の目標

けがの防止について理解するとともに、けがなどの簡単な手当ができるようにする。

- ・けがの防止やけがの手当について、資料を調べようとしたり、進んで課題解決に取り組もうとする。(関心・意欲・態度)
- ・けがの防止やけがの手当について、課題をみつけたり、解決の方法を考えたり、判断したりすることができる。(思考・判断)
- ・交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止には、周囲の危険に気付くこと、的確な判断の下に安全に行動すること、環境を安全に整える必要があること、またけがの簡単な手当は速やかに行う必要があることを理解できる。(知識・理解)

2) 単元計画

	第1時	第2時	第3時	第4時（本時）	第5時
主な学習内容 と方法	けがの発生	交通事故によるけがの防止	身の回りの生活が原因となって起こるけがの防止	安全な環境	けがの手当
	○ 人の要因と環境の要因	○ 道路横断時の安全確認など	○ 学校生活の事故 ○ 水の事故 ○ 犯罪被害	○ 危険の気づき ○ 安全点検 ○ 施設・設備の整備	○ けがの手当の意義 ○ けがの手当の実習
	一斉学習 グループ学習	一斉学習 ケーススタディ	一斉学習 ケーススタディ	一斉学習	一斉学習 実習
評価方法等	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート

3 本時（第4時）について

1) 本時のねらい

環境を安全に整えることを理解できるようにする。

- ・危険な状況や安全な環境づくりについて、進んで発表したり、友達の考えを聞いたりしようとする。（関心・意欲・態度）
- ・危険な状況や安全な環境づくりについて、危険を予測したり、安全な環境整備を提案したりすることができる。（思考・判断）
- ・危険な場所の点検を通して、安全な環境づくりが必要なことを理解できる。（知識・理解）

2) 学びの姿

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
十分満足できる状況	危険な状況や安全な環境について、調べた資料や自分や他の人の体験をもとに発表しようとしている。	危険な状況や安全な環境について、課題を見つけるとともに、改善点を提案している。	危険な状況や安全な環境について、例やその理由を挙げて説明している。
おおむね満足できる状況（評価規準）	危険な状況や安全な環境について、自らの体験をもとに発表しようとしている。	危険な状況や安全な環境について、身の回りの課題を見つけている。	危険な状況や安全な環境について、言ったり書いたりしている。
努力を要する状況	危険な状況や安全な環境について、友だちの発言を聞くにとどまっている。	危険な状況や安全な環境について、友だちや教師の発言に同意するにとどまっている。	危険な状況や安全な環境について、書けない状態にとどまっている。

評価規準とは、おおむね満足できる状況を示す。

3) 展 開

時間	学 習 内 容 ・ 学 習 活 動	教 師 の 支 援 ・ 評 価
10	1 〈導入〉 身近な標識や危険の表示をみて、身の回りの危ない環境と安全対策について関心をもつ。 このような表示（立入禁止など）をみたことありますか。どうしてこのような表示があるのでしょうか。	・ 危険な場所を示す写真を用いる。 「工事中」「立入禁止」「危ない」表示 ・ 図や写真提示には、プレゼンテーションソフトを使用 ＜関心・意欲・態度＞発言の様子
15	2 自分の身の回りにある危険に気づく。 交通事故、水の事故、犯罪被害などの防止には、危険な場所や条件に気づくこと、安全な環境をつくる必要があること。 次の2つの写真を比較して、違いを見つけて、ワークシートに記入してください。 同じ場所でも、危ない場所と安全な場所があること。 ① ワークシートへの記入内容を発表する。 ② 場所の違いだけでなく、昼と夜による違いなどについても取り上げる。	・ ワークシートを配布する。 ・ 例示として、学校周辺や通学路の写真（道路、川・池、公園など）を用いる。同じ場所で危険な箇所と安全に配慮した箇所の写真をそれぞれ用意し、プレゼンテーションソフトを用いて提示する。 ＜思考・判断＞ワークシート ・ 各場面について、発言を板書で整理する ・ 写真の例 「工事中の道路」「柵のない池・川」「夕方の人気のない公園や通学路など」 ・ 学外の写真だけでなく、校内の写真（廊下、階段、校庭）なども加えると、さらに効果的である。
12	3 身の回りを安全にするための対策について意見を出し、話し合う。 けがの防止のためには、周囲の危険に気づき、安全に行動することはもちろん、環境を安全に整えることが必要であること。 写真でみた危険な場所でのけがを防止するなど、私たちの身の回りを安全にするためにはどのようなことができるでしょうか。 手すりや柵を取り付ける、照明をつけるなどの対策が挙げることが期待される。	・ 提示した写真を1, 2つ取り上げて、安全な環境づくりを提案するように指導する。
8	4 学習のまとめをする (1) 今日学んだことを発表し合う 同じ場所でも危ないときがある。安全な環境づくりが必要である。 (2) 学んだことや思ったことをワークシートに書く	＜知識・理解＞ワークシート

4 授業の様相と展開のポイント

本授業は当初小学校2年生を対象として開発したものである。授業の様相では2年生を対象として実践した結果を記載している。

① 導入

〈授業の様相〉

身の回りにある危険を示す表示などの写真を通じて、危険への気づきの大切さや安全を守るための対策が行われていることに興味を持つことができた。

〈展開のポイント〉

学校周辺など児童に馴染みのある場所から、危険な場所や安全な対策を図っている場所の写真を用意することが効果を高める。



② 危険な場所に気づく

〈授業の様相〉

1枚の写真だけでは危険に気づきにくいですが、2枚の写真を使って比較することで、児童が容易に危険を見つけることができた。特に昼と夜の公園の違いでは、犯罪被害の危険性や無灯火の自転車による事故についても発言があった。

〈展開のポイント〉

同じ場所の異なる状況の写真をくらべ、危険を見つけることに加えて、どのような安全な環境づくりが効果的なのか、またその理由について発言するように指導する。



5 ワークシート

危険な場所と安全な環境づくり

組 名前

1. 何が危険なのだろうか。

・写真1

・写真2

・写真3

2 安全な環境づくりの提案

3 今日の授業で学んだことを書きなさい。

6 資料

(プレゼンテーションソフトで使したスライドの一部)



昼と夜の公園では何が違うのか。どんな危険があるのか。安全のために必要なことは何か。

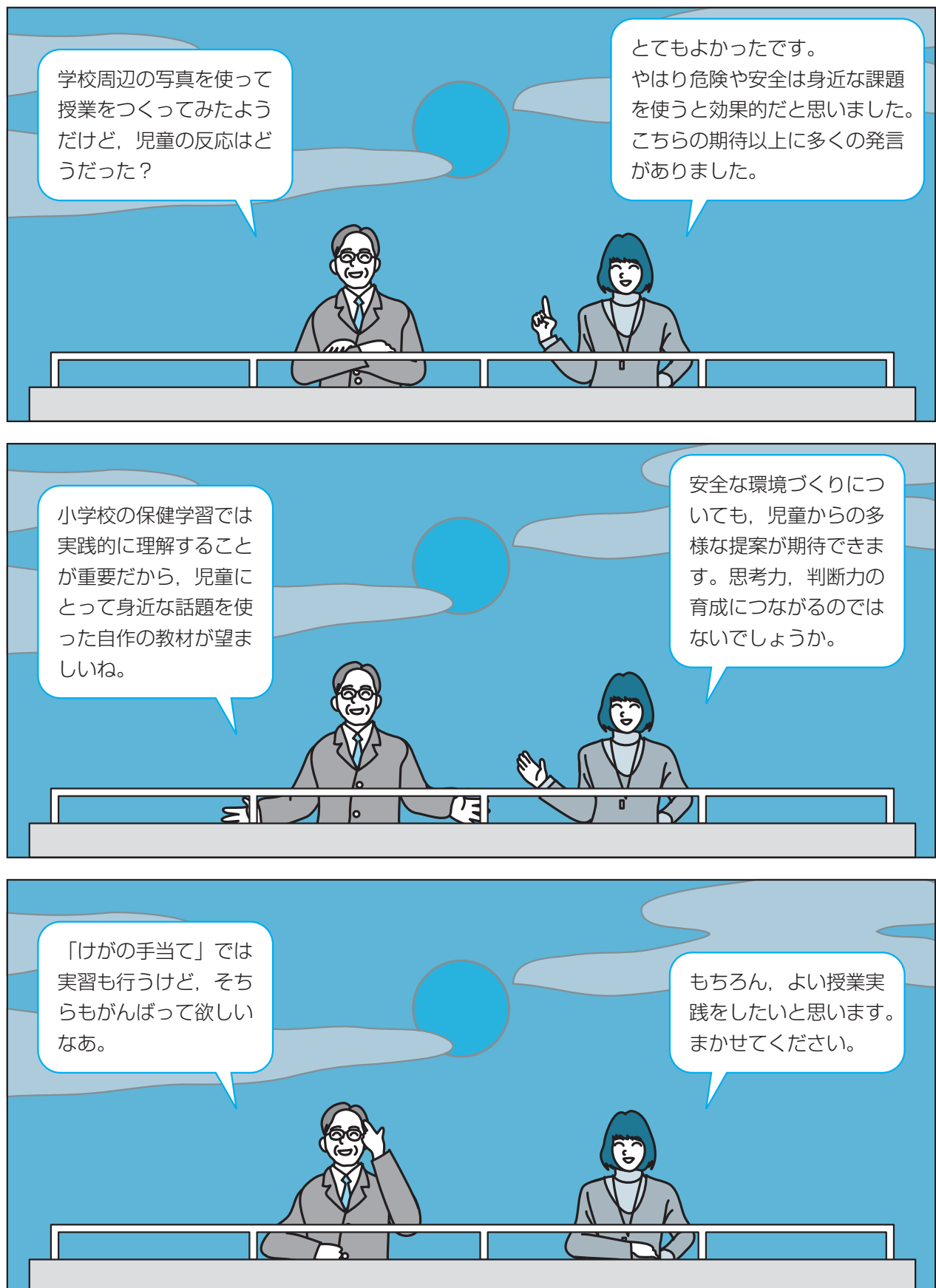


川には柵のある場所とない場所がある。



みんなで帰る通学路，一人で帰る通学路

7 実践を終えて



第6学年の展開例

単元名 「病気の予防」

6年生ではどんな変化があったんだい。

新学習指導要領で6年生の内容に、「地域の保健にかかわる様々な活動」が加わりました。

そうなんだ。

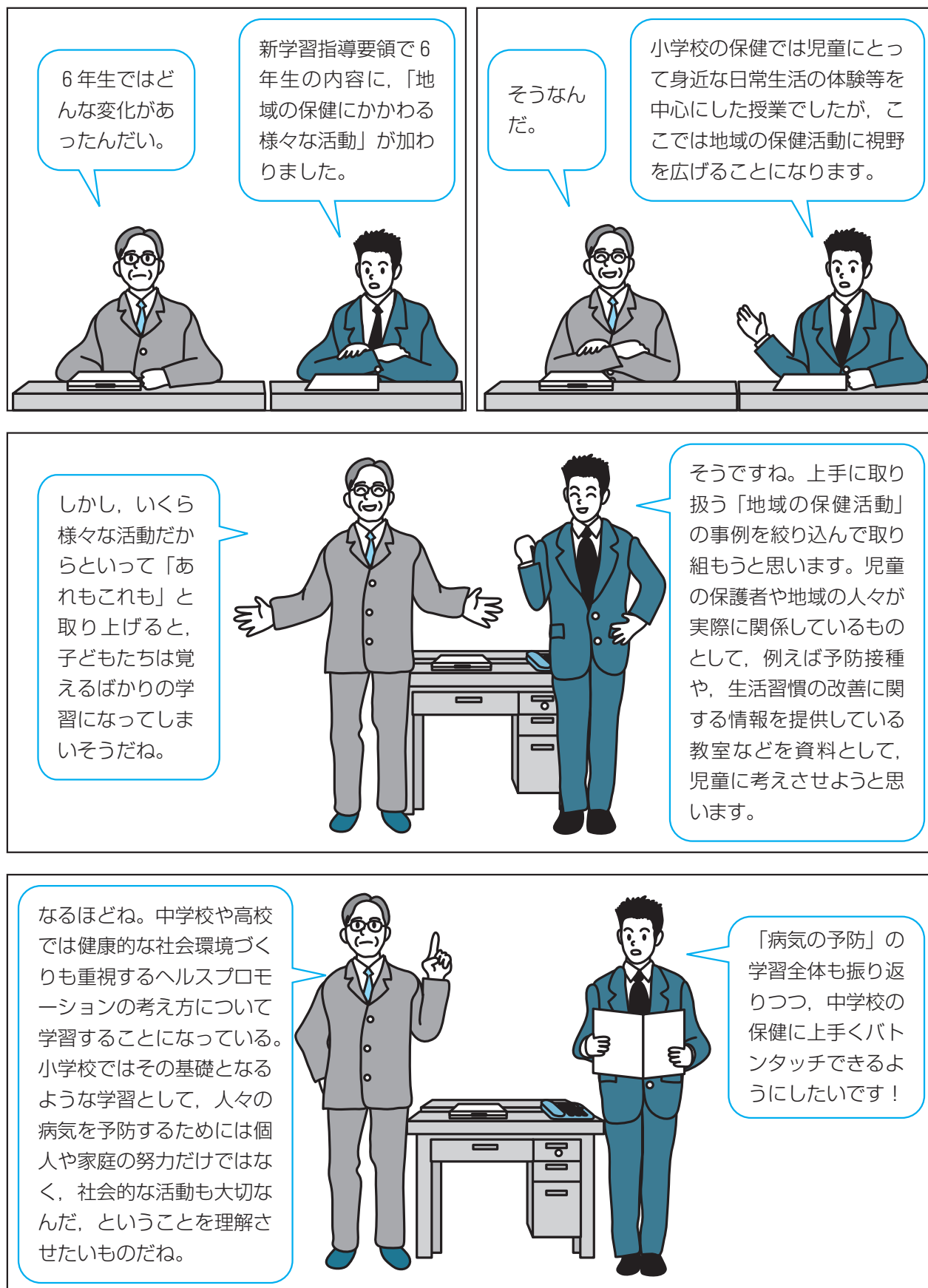
小学校の保健では児童にとって身近な日常生活の体験等を中心にした授業でしたが、ここでは地域の保健活動に視野を広げることになります。

しかし、いくら様々な活動だからといって「あれもこれも」と取り上げると、子どもたちは覚えるばかりの学習になってしまいそうだね。

そうですね。上手に取り扱う「地域の保健活動」の事例を絞り込んで取り組もうと思います。児童の保護者や地域の人々が実際に関係しているものとして、例えば予防接種や、生活習慣の改善に関する情報を提供している教室などを資料として、児童に考えさせようと思います。

なるほどね。中学校や高校では健康的な社会環境づくりも重視するヘルスプロモーションの考え方について学習することになっている。小学校ではその基礎となるような学習として、人々の病気を予防するためには個人や家庭の努力だけではなく、社会的な活動も大切なんだ、ということを理解させたいものだね。

「病気の予防」の学習全体も振り返りつつ、中学校の保健に上手くバトンタッチできるようにしたいです！



1 課題の設定

新学習指導要領の第6学年「病気の予防」に地域の保健にかかわる様々な活動が新しく位置づけられた。従来、健康にかかわる社会的な活動などについては、学習指導要領解説の第3学年に「毎日の生活と健康」とかかわって、「健康を保持増進するために、個人や家庭の努力のみならず、学校でも様々な保健活動が行われていることにも触れるものとする。例えば、健康診断、学校給食などが組織的、計画的に行われていること、また保健室では、けがの手当や健康についての相談活動などが行われ、保健活動の中心的な役割を担っていることなどを取り上げ、保健活動の大切さについて気付かせるよう配慮するものとする」とされていた。それが今回の改訂によって、学校内の活動のみならず、地域の様々な保健に関する活動について学習するようになった。

児童にとって具体的に考えることができるような地域の保健にかかわる活動として、ここでは保健所で行われている予防接種や、保健センター等で開かれている健康的な生活習慣に関する各種教室において提供されている情報資料などをもとに、病気の予防のためには個人や家庭の努力のほかにも社会的な活動が大切であることを理解させたい。

＊保健所と保健センターについて：地域保健法によると、保健所は、都道府県や指定都市、特別区などが、地域における公衆衛生の向上と増進を図るために設置するもので（第5条など）、保健センターは、市町村が健康相談、保健指導及び健康検査その他地域保健に関し必要な事業を行うことを目的として設置するもの（第18条など）とされている。また、社団法人全国保健センター連合会HPでは「保健所が、より広域的・専門的な健康課題を把握し助言する技術的拠点であるのに対して、市町村保健センターはあくまでも地域住民のための健康づくりの場・直接サービスの間という役割を担っています」としている。

2 単元について

1) 単元の目標

- 病気の予防について理解できるようにする。
 - ・ 病気の起こり方と予防の方法について関心をもち、進んで課題を見つけようとしたり、意欲的に課題解決に取り組んだりしようとする。（関心・意欲・態度）
 - ・ 病気の起こり方や予防の方法について、課題を設定し、解決の方法を考えたり、判断したりできる。（思考・判断）
 - ・ 病気の起こり方や予防の方法について、理解できる。（知識・理解）

2) 単元計画

	第1時	第2時	第3時	第4時	第5時	第6時	第7時	第8時（本時）
主な学習内容と方法	病気のおこり方	病原体が主な要因となって起こる病気の予防		生活行動が主な要因となって起こる病気の予防		喫煙、飲酒、薬物乱用と健康		地域の保健にかかわる様々な活動
	○風邪を取り上げ、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などがかわりあって起こること	○インフルエンザや結核を取り上げ、その予防には、病原体を体に入れないことが必要であること	○健康に良い生活の実践や予防接種によって、体の抵抗力を高めることが大切であること	○血管が詰まったりする病気の予防には、糖分、脂肪分、塩分などを摂りすぎる食事や間食をさけること	○むし歯や歯ぐきの病気の予防には、口の衛生を保つ必要があること	○喫煙や飲酒は、健康への様々な影響があること ○低年齢では、害が大きいこと。また、法律で禁止されていること	○シンナーなどの有機溶剤は、心身に深刻な影響を及ぼすこと ○好奇心等がきっかけとなること	○保健所や健康センターなどでは、病気の予防のために様々な活動が行われていること
	○一斉学習 ・風邪にかかったときの体験レポート ・食事、おやつ調べのワークシート					○一斉学習 ・喫煙者、飲酒者の聞き取り調査		○グループ学習 ・健康センターの活動案内（資料）からの読み取り ・予防接種実施の写真
評価方法等	観察 ワークシート					観察 ワークシート		観察 ワークシート

3 本時（第8時）について

1) 本時のねらい

地域では、保健にかかわる様々な活動が行われていることについて理解できるようにする。

- ・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付資料からわかったことを発表したり、友達の意見に関連して意見を述べようとする。（関心・意欲・態度）
- ・地域の保健にかかわる様々な活動について、示された資料をもとに利用できる情報や活動についてまとめることができる。（思考・判断）
- ・地域の保健にかかわる様々な活動について、書き出すことができる。（知識・理解）

2) 本時における観点別の学びの姿

	関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
十分満足できる状況	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付資料をもとに話合いや発表に自ら進んで取り組もうとしている。	地域の保健にかかわる様々な活動について、示された資料をもとに、利用できる情報や活動を対象者ごとに分類している。	地域の保健にかかわる様々な活動について、病気の予防に役立つ活動を、具体例を挙げて説明している。
おおむね満足できる状況 (評価規準)	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付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。	地域の保健にかかわる様々な活動について、示された資料をもとに、利用できる情報や活動を見つけている。	地域の保健にかかわる様々な活動について、病気の予防に役立つ活動を書き出している。
努力を要する状況	地域の保健にかかわる様々な活動について、友達の考えを聞くだけの状態にとどまっている。	地域の保健にかかわる様々な活動について、友達の意見を書き写している状態にとどまっている。	地域の保健にかかわる様々な活動について、保健所などの用語を挙げられる状態にとどまっている。

評価規準とは、おおむね満足できる状況を示す。

予防接種を受けている地域の人々の様子



3) 展 開 例

時間	学 習 内 容 ・ 学 習 活 動	教 師 の 支 援 ・ 評 価
10	＜導入＞健康についてのお悩み相談 ○ 地域で生活する人たちの健康問題を解決する手立てについて発表し、学習課題をつかむ。 1. 資料の登場人物の健康上の悩み事について、意見を出し合う。 地域にも、保健に関する活動を行っている保健所や保健センターなどがある	・ 掲示資料①～③を順に示す。 ・ どんどん発表するように伝える。 ・ はじめに学校での事例を取り上げることで、校内での健康的な環境について確認させ、次に校外での例を通して地域の保健活動に目が向くようにする。 ＜関心・意欲・態度＞行動の観察
15	2. 保健所や保健センターで、健康な生活習慣のための様々な情報が提供されていることを知る。 保健所や保健センターでは、どんな情報を入手することができるかな。ワークシートの資料を見てグループで考えてみよう。 ・ 架空の保健センターの案内を通して、いろいろな時間に、いろいろな人が運動したり相談したりしていることを確認する。	・ ワークシートと、自治体の広報やHP等の資料もあれば適宜提示する。 ・ 家の人が地域の健康教室などを利用している児童がいれば、そこでの様子について発言させる。 ・ 個別で考えさせてから、グループで意見を出し合わせる。 ・ 地域で生活する多くの人々が、健康の情報を求めていることにも触れる。 ＜思考・判断＞ワークシート
10	3. 地域で行われている予防接種について知る。 ・ 保健所では、乳幼児や高齢者が予防接種を受けていることを知る。 地域では、健康な生活習慣に関する情報提供や予防接種が行われていること	・ 地域住民が予防接種をしている様子の写真などを掲示する。（復習のために、予防接種の意味も問いかける。）
10	4. 病気を予防するためには、地域でいろいろな活動が行われていることを知る ・ 中学校では、さらに人々の健康についても広く学んでいくことを知る。	・ 単元全体のまとめとして、各自が病気の予防のためにすべきことも確認する。 ＜知識・理解＞ワークシート

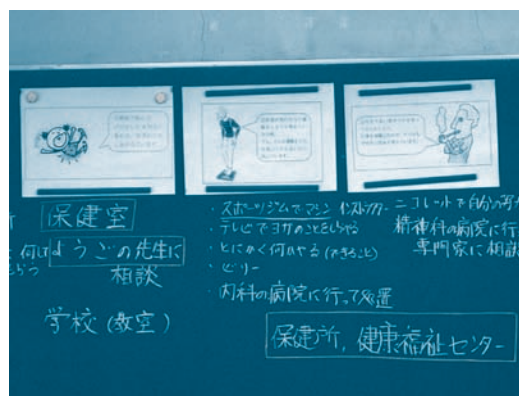
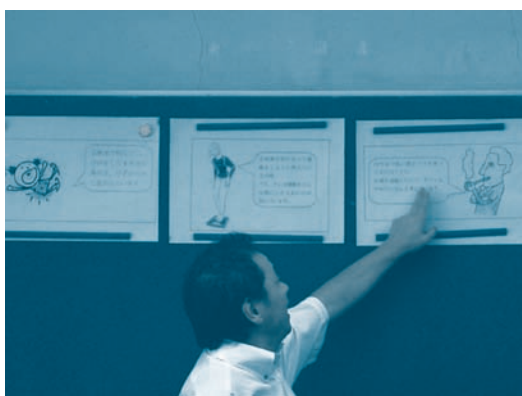
4 授業の様相と展開のポイント

① 導入

資料の登場人物の健康上の悩み事について、意見を出し合う。

<授業の様相>

学校での健康問題（ケガをした場合）については、直ぐに意見が出てきた。しかしながら、学校外でのものについては「スポーツジム」「ニコチンガム」などと単語のみの発表に留まったり、「テレビを見て真似をして運動すれば良い」「身の回りのタバコを捨ててしまう」などのように自分で何とかする方法についての意見ばかりで、学校外の施設等についての意見は出にくい様子であった。



<展開のポイント>

児童に発表させる際に、「どこで、誰に、どんなことをしてもらえば良いか」について考えてから発表するようにしたところ、きちんと発言できるようになった。

「保健所」、「保健センター」という言葉は聞いたことがあったり、ペットの予防接種等で訪れた経験があったりする者もいたが、そこでどんな活動が行われているかについての理解は少なかった。それだけに、実際にはどんな活動をしているのか、興味が高まったようであった。

② 保健所や保健センターなどの役割について理解を深める。

<授業の様相>

- ・悩んでいる人のための相談教室がある。
- ・体や健康に関係することが多い。
- ・全ての曜日で行われている。
- ・保健室みたいだけれど、人数が限られている。
- ・内容が簡単そうで、誰でも参加できる。
- ・楽しそう



- ・行こうと思っても、ためらってしまう人がいるとしても、優しい言葉（例：高齢者のための足腰元気）で書かれているので良い。
- ・少人数なので、講師との距離が近くて安心。
- ・初心者でも楽しめそう。
- ・体力に自信が無くても大丈夫そうに思う。
- ・いろいろなコースがあって、行ってみたくなる。



<展開のポイント>

最初は一人で考える時間をとったが、資料から自分の考えを書き出せない子どもが多かった。確認のために「書けた人」に手を挙げてもらったが、自信を持って手を上げられる児童が少なくなっていた。その後、グループでの意見交換を踏まえて発表させたところ、自信を持って発表できているグループも見られた。

資料から見つけられる細かなことと、そこで出てきた意見を総合して考えられること（ここでは、地域にも、健康についてのいろいろな情報を得られるところがあること）の両方について、児童がより深く理解できるように、グループ活動によって意見交換をさせると共に、ワークシートに段階的な作業課題を示すことなどの改善策が考えられる。

<授業の様相>

授業後の感想

- ・名前しか知らなかった保健所などの役割を知ることができた。
- ・日本には病気やけがをしている人を救うためにいろいろな活動をしていることがわかって安心した。
- ・保健室みたいなところが地域にもあることがわかった。
- ・運動の教室などがあったら、参加してみたい。
- ・もしも体のことに関して悩むことがあったら保健所に行ってみようと思いました。
- ・周りの人が、こんなに私達の健康について考えてくれているんだな、とあらためて思いました。
- ・保健所と聞いたとき、お年寄りが行くなどのイメージがあったけれど、年には関係ないわかりました。
- ・運動だけではなく、料理もあることをはじめて知りました。



5 ワークシート

ワークシート

組 名前： _____

〇とある町の健康センターの案内を見て、気付いたことをあげてみよう

〇〇町健康センター ご案内

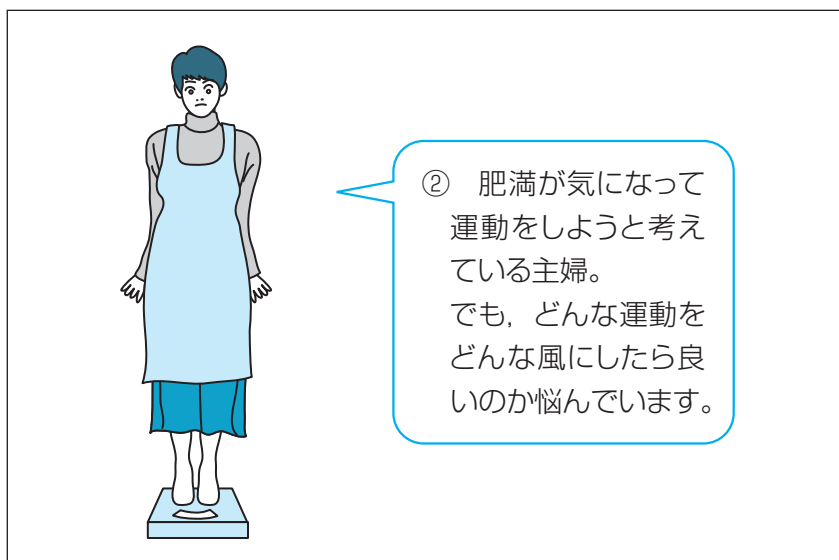
教室名	内容	人数	曜日・時間
初めての エアロビクス	簡単なエアロビクス! 初心者集まれ	35名	火曜 13:30～14:30
アクアビクス	水中で体を動かそう	30名	火曜 14:00～15:00
		30名	金曜 19:30～20:30
		30名	土曜 12:30～13:30
フラダンス	ゆっくり楽しく 体を動かそう	20名	土曜 11:00～12:00
高齢者のための 足腰元気	体力に自信のない方でも 大丈夫	10名	木曜 13:00～14:30
親子クッキング	栄養のバランスを考えて 料理!	30組	日曜 10:30～11:30
健康なんでも 相談教室	血圧、肥満、禁煙などなど、 何でも相談に。	10名	月～金曜 14:00～15:00

6 資料

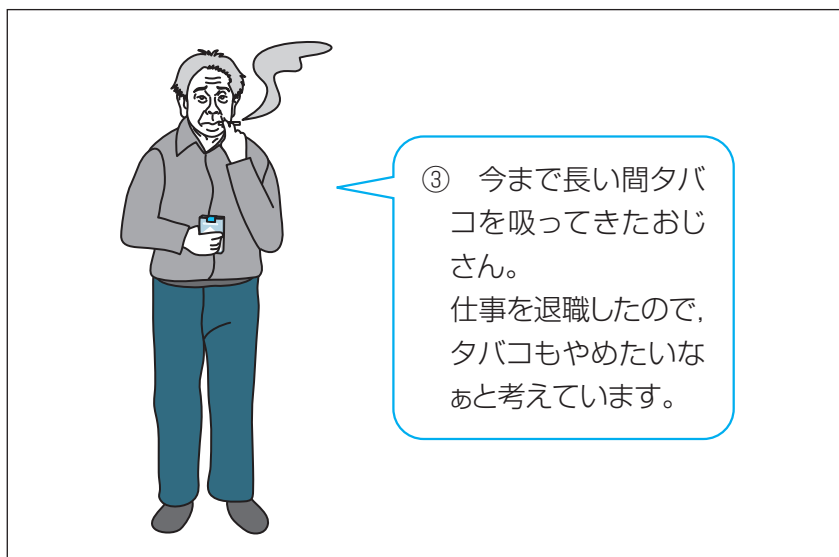
掲示資料①



掲示資料②



掲示資料③



7 実践を終えて

授業は無事に終わったようだけど、この授業では「基礎的・基本的な知識の習得」や「活用する学習活動の充実」はどのように捉えていたのかな？

まず、「基礎的・基本的な知識の習得」については、学習指導要領でも示されているように、「地域では、保健にかかわる様々な活動が行われていること」をしっかりとおさえたいと考えました。

児童たちは「保健所は、地域の保健室のようなものだ」「体の悩み等が相談でき、安心だ」などの感想を持ったようで、6年生でこのような学習をする意味は、十分にあったようだね。

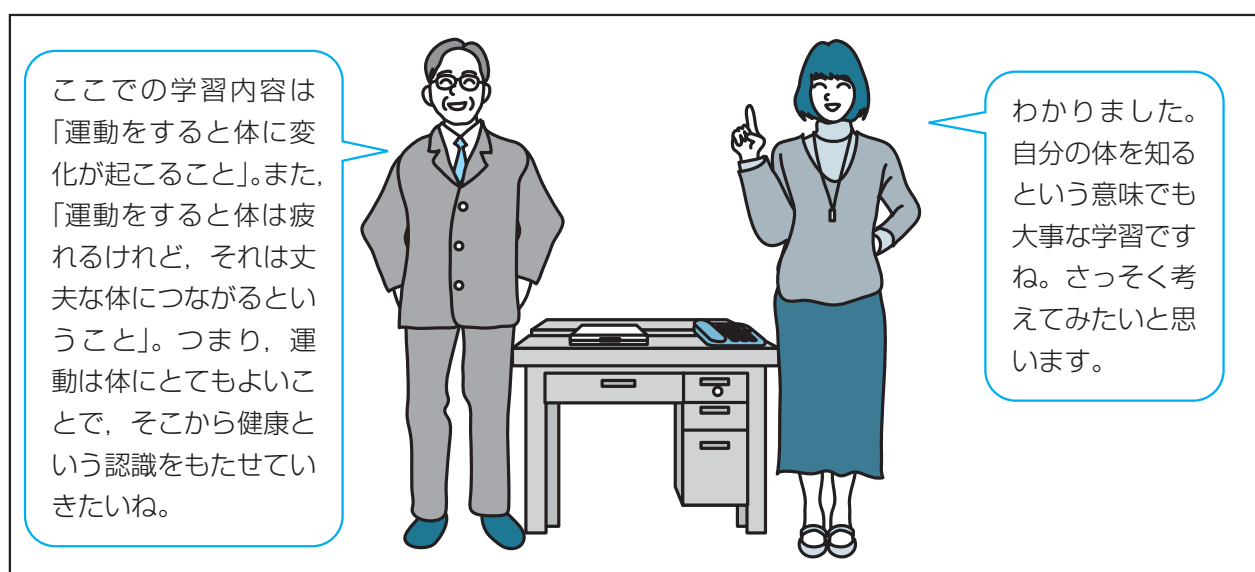
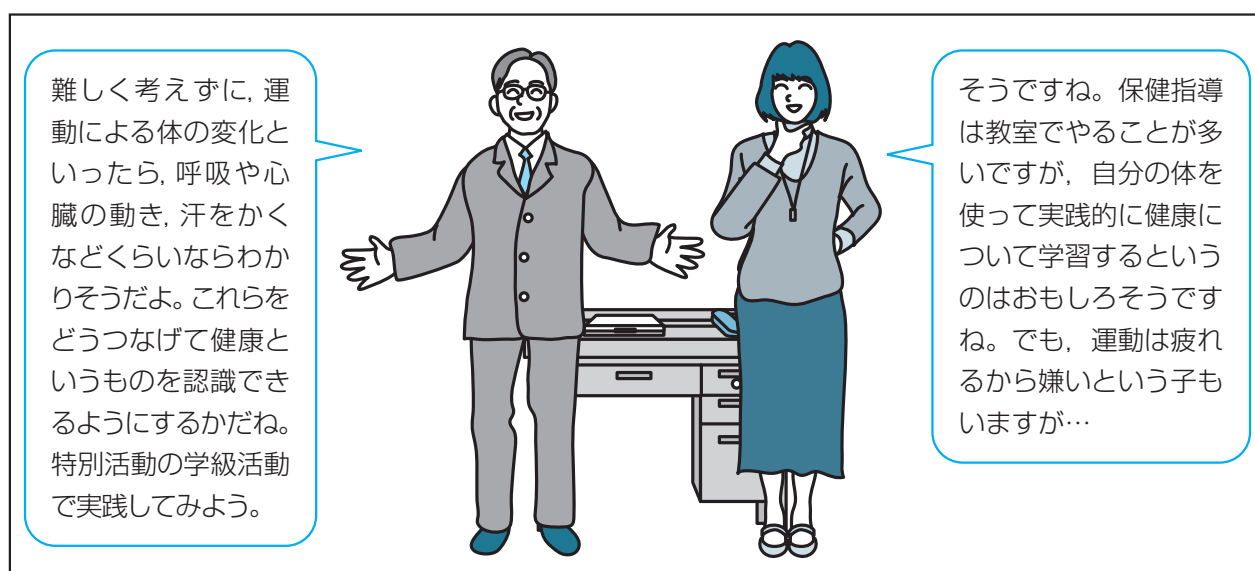
そう思います。それから、「活用する学習活動」では、実際に保健所などを利用すること自体が学習活動とならないように配慮しました。

そうだね、「保健・医療機関の有効利用」は中学校の保健学習で位置づけられているから、混同しないようにするべきだね。

ええ。今回の授業では、前時までに学習してきた単元「病気の予防」全体の内容も適宜振り返りながら、保健所等で提供されている健康な生活習慣に関する様々な情報の大切さについて、考えさせるように工夫しました。

低学年の展開例

「運動を通した健康の認識」



1 課題の設定

子どもたちの生活習慣の乱れや、運動嫌いで運動する習慣のない子どもの増加などから、子どもたちの体力の低下が指摘されている。しかし、子どもの頃からの生活習慣や運動する習慣は、生涯を通じて健康に生活することと深いかわりがあり、ぜひ身につけておきたい大切なことである。

これまで小学校の体育では、主に生涯にわたって運動やスポーツを豊かに実践するための資質や能力を育てるための授業づくりに取り組んできた。そこでは、児童の能力や関心などに応じて、運動の楽しさや喜びを味わい、自ら考えたり工夫したりしながら運動の課題を解決するような学習がなされてきた。また、保健領域では第3学年から「毎日の生活と健康」という単元で、健康の大切さを認識するとともに健康によい生活の仕方が理解できるように学習している。しかし、本来、健康の大切さを認識するためには自らの体を使った学習によって、より確かなものとなるのではないか。

新学習指導要領では小学校低学年の「内容の取扱い」において、「各領域の各内容については、運動と健康がかかわっていることの具体的な考えがもてるよう指導すること」が示された。新学習指導要領解説では、「体は、活発に運動をしたり、長く運動をしたりすると、汗が出たり、心臓の鼓動や呼吸が速くなったりすること」「力一杯動く運動は、体をじょうぶにし、健康によいこと」などを各領域において行うことと説明されている。また、特別活動の学級活動では共通事項として、「心身ともに健康で安全な生活態度の形成」が示された。ここでの実践はこれらを踏まえて、特別活動の学級活動の時間で運動を通して健康の認識をもてるように指導を工夫したものである。

2 本時について

1) 本時の目標

- 鬼遊びを楽しく行い、その動きができるようにする。鬼遊びを通して、運動と健康がかかわっていることに気づくことができるようにする。

2) 展開例

特別活動・学級活動

時間	学 習 内 容 ・ 学 習 活 動	教 師 の 支 援 ・ 評 価
	<導入>◎《健康》ということ。 「健康」という言葉を知っていますか？	・ 「健康^{けんこう}」と大きく書かれた紙を見せる。
3	1. 「健康」について知っていることや「健康」な人とはどんな人か、思っていることを発表し合い、みんなで簡単に確認する。(健康についてのイメージを話し合う)	
5	今日は《「運動」と「健康」》の関係について学習することを伝える。 2. 運動する前に、からだチェックリストに各自が取り組む。 運動の後には心臓や息が速くなったり、汗が出たりすること。(運動をすると、気持ちがいい、楽しい、苦しいなどという感じがする。さらに、体に変化があることに気付く)	・ 教師がからだチェックリストを読み上げ、必要ならば説明を加えながら、みんなで一緒にやる。 <関心・意欲・態度>活動の様子

20

3. 活動的で、みんなで楽しく取り組めるような運動をして、運動後の体の変化を確認する。

- ・円形で、こんにちは
- ・円形触れ合いコミュニケーション
- ・手つなぎ鬼ごっこ（3回行う）

鬼ごっこ①の途中、笛の合図で集合

運動する前と比べて体に変わったことはありますか？

ホワイトボードに自分のネームプレートをはる。

質問) ①息が速くなった（はい・いいえ）

鬼をかえて、鬼ごっこ②をやる→笛の合図でまた集合

質問) ②心臓が速くなった（はい・いいえ）

鬼をかえて、鬼ごっこ③をやる→笛の合図でまた集合

質問) ③汗がでた（はい・いいえ）

《うんどうをしたら、からだはどうなる？》

（発表）息が速くなる・心臓が速くなる・汗がでる

体のどこを使って運動しましたか？

（発表）手、足、腕、もも、指、背中、お腹、お尻、肩

= 全身

10

4. 手つなぎ鬼とテレビゲームの違いを考える。

（運動後の気持ちや体の変化から、運動と健康の関係について振り返る）

体のチェックリストにもう一度取り組む。

チェックリストをもとに、運動する前と後で変わったことを発表する。

- ・つかれた。気持ちいい。楽しい。汗がいっぱい出た。苦しくなった。

ここで、突然ですが、放課後はどんなことをして遊びますか？

- ・公園で鬼ごっこ
- ・友達の家でテレビゲーム

テレビゲームで遊ぶのと体を動かして運動したり、外で遊んだりするのでは何が違うでしょう？

（発表）運動では体をいろいろ動かす。テレビゲームはあまり動かない。運動は、つかれる。汗が出る。息が苦しくなって、心臓が速くなる。

つかれるというのは体にいいのかなあ？

（発表）

<よくない>

- ・つかれるというのは、苦しくなるから体によくない。
- ・心臓が速くなるのはだめだと思う。
- ・息が苦しくなったからよくない。

<よい>

- ・汗がでて気持ちがいい。
- ・運動したすぐ後はつかれたけど、あとですっきりした
- ・つかれても、時間がたつと苦しくないからいい。

- ・ゆったりとした曲をBGMとして流す
- ・明るくアップテンポの曲

- ・心臓の位置を一緒に確認する

- ・体のどこで汗がでたか一緒に確認する

- ・ホワイトボードで一つずつ確認

意見が出ないときは、人の全身の絵を見せて、各部位ごとに聞いてみる。そして、運動では体の全部（全身）を使っていることに注目させる。

運動による体の変化（心臓や息が速くなる、汗が出る）をみんなでもう一度確認する。

- ・テレビゲームをやる子に挙手させて人数を確認してみる。

- ・テレビゲームをやっている絵をみせる。
- ・運動している絵もみせ、テレビゲームの絵と比べさせて違うところ（運動したときの体の変化や全身を大きく使うところなど）に気づかせる。

- ・運動ではゲームと違い、汗がでたり、心臓や息が速くなったりして、体が「つかれる」ことに着目させる。つまり、つかれたということは全身を使った証拠で、つかれても休むと体は回復し、丈夫になることに気付かせる。例えば、休み時間に外で遊んで、汗をかき、息が速くなるほどつかれて教室に帰ってきて、しばらくすると体が元に戻るということを思い出させる。そして、運動をするとおなかも空き、ぐっすり眠れることなども思い出させながら、運動は体にとってとてもよいことであることを押さえる。

時間	学 習 内 容 ・ 学 習 活 動	教 師 の 支 援 ・ 評 価
7	5. 運動を続けると、体は丈夫になり、健康になっていく。 ・ 休み時間に外で遊んで、教室に戻ってきたときのことを振り返る。 ・ 教師が示した《運動→つかれる（休む）→体が強くなる⇒健康》と書かれた紙を見ながら、話を聞き、最後に感想を書く。	・ 運動を続けることで体が丈夫になり、健康で元気な毎日が送れることになっていくことを押さえる。 ・ 運動→つかれる→休む→体が強くなる⇒健康と書かれた紙を掲示する。また、健康な体は大人になってからも大切であることを教え、教師の日頃の運動する習慣などを話す。 時間があれば、何人かに感想を発表させる。

3 授業の様相と展開のポイント

① 導入

「健康」という言葉から思いつくことや健康な人とはどんな人か発表しあい、認識をともにする。

<授業の様相>

日頃から聞いたことのある言葉だと思われたが、なんとなくわかっている子はあるものの、あいまいな認識の子がほとんどだったので、みんなで確認した。

・病気になるない ・風邪をひかない ・外でよく遊ぶ ・休まない

② 健康と運動について学習することを確認した後、からだチェックリストに取り組む。

<授業の様相>

教師が一問ずつ読み上げ、みんな一緒に取り組ませた。はい、いいえでどちらかに○をつけるだけなので、スムーズにできた。

うんどうするまえ

	はい	いいえ
1. うんどうしたい	()	()
2. げんきだ	()	()
3. しんぞうがいつもよりはよくなっている	()	()
4. いきがいつもよりはよくなっている	()	()
5. あせがでている	()	()

<展開のポイント>

質問が今日の学習内容に直接かかわるものにしたため、運動する前のこの段階では、子どもたちにはわかりづらいもの（特に問3～問5）だったかもしれない。チェックリストは運動する前と運動した後に子どもたちが体の様子の変化をとらえるためのものにしたかったためこの質問にしたが、運動の前後での質問を変えることも考えられる。

③ 活動的で、みんなで楽しく取り組めるような運動をして、運動後の体の変化を確認する。

（準備運動では、みんなで体ほぐしのような運動に取り組み、その後、主運動の手つなぎ鬼を行う）
手をつなぎ、円形になってしゃがんだり、たったり、肩をとんとんたたいたり、背中をなでたり。
前の人の肩に後ろから手をおいて、後ろの人の腿の上に座り、みんなで小さな円形をつくる。
足を開いて座り、後ろの人のお腹の上に寝るように上半身を倒す。



<授業の様相>

はじめて取り組むものであったが、友だちと手をつないだり、体に触れたり、いろいろな体勢になってみた。子どもたちは楽しそうに声をあげながら取り組んだ。はじめの緊張感も随分ほぐれ、子どもたちの表情も生き生きしてきたので、導入としてはよかった。ゆったりしたBGMを流した。

手つなぎ鬼ごっこをして、その直後にからだに関する質問に答える（これを3回繰り返した）。



<授業の様相>

ある程度の運動量を確保するために、普段からやり慣れている手つなぎ鬼をした。あらかじめ教師が決めておいた鬼役の子を4人指名した。いつも通り、鬼につかまったら帽子を赤に変え、鬼になりつかまえる。鬼は4人になったら2人ずつにわかれ、残りの子をつかまえる。およそ4～5分くらいで全員がつかまり終了した。程よく息も上がるような運動で、時間的にも短時間で終了した。

<展開のポイント>

体育館で行ったが、鬼から逃げられる範囲を決めてやるとより早く終わったかもしれないが、運動によって子どもたち一人一人の息が速くなったり、汗がでてきたりすることまでを考えると4～5分は続けたいと感じた。

《うんどうしたら、からだはどうか？》

手つなぎ鬼が終了するたびに、黒板に記された質問に はい、いいえで答える。



<授業の様相>

一回目の手つなぎ鬼を終えた後の質問「いきがはやくなった」は全員が「はい」と選んだ。

二回目の手つなぎ鬼を終えた後の質問「しんぞうがはやくなった」でも、ほとんどの子が「はい」と答えた。このときは自分の心臓の位置を全員で確認しながら行った。

三回目の手つなぎ鬼を終えた後の質問「あせがでてきた」でも、全員が「はい」と答えた。こちらが予想していた通り、子どもたちは運動による自分の体の変化を認識することができた。

黒板をみながら、子どもたちともう一度質問の結果を振り返り、確認した。

また、運動をしたときは体のどこを使っていたか振り返り、腕や足、肩、目など全身を使っているということも確認した。

<展開のポイント>

あらかじめポケットに入れてあった自分のネームプレートを使った。運動直後に自分の体を確認するために、黒板を使って行ったが、実際は自分一人で判断したというよりもみんなと同じように答えようとしてネームプレートを置いた子もいたかもしれないので、質問ごとにみんなで確認した。息がはやくなったというのは、どんな感じになったのか、心臓の位置に手を当ててみたり、汗のかいたところなどを確認したりした。質問の順番は汗がでるまでの時間を考えて決めた。

④ 手つなぎ鬼とテレビゲームの違い

<授業の様相> 運動をした後にもう一度からだチェックリストに答えた。その後、運動は体のどの部分を使って行っていたのかを振り返り、体全体を使って大きく動かしていることを押さえた。そして、放課後はどんな遊びをしているか聞くと、テレビゲームという子が多くいた。そこで、テレビゲームのイラストをみせながら、テレビゲームと手つなぎ鬼などの運動ではどんなところが違うか考えさせた。ここでは、運動では体をいろいろ動かす。体全部を動かす。テレビゲームではあまり体を動かさず、手や目を使う。運動は、つかれる。汗が出る。息が苦しくなって、心臓が速くなるなどの意見が出た。そこで、特に運動をすると「つかれる」ことに注目させ、考えさせた。

⑤ 運動をすると体が丈夫になり健康になること。

<授業の様相>はじめに「運動をするとつかれるけど、つかれるのがいやだという人？」と聞くと、お互いにまわりの顔を見るようにしてから、女子の半分くらいの子が手を上げた。逆に「つかれるのが好きだという人？」と聞くと、元気のいい男子がこれも半分くらい（7，8人）手を上げた。その後、「じゃあ、つかれるというのは体にいいのかなあ？」と聞くと、はじめは意味がわからないような表情をみせたが、一人の子の「体にいい」という言葉から発言が続く。「なんで？」と聞くと「つかれると筋肉をいっぱい使う」、「汗で体のばいきんを外に出すから」というようになんとか運動は体によさそうだという認識があるようだ。そこで、休み時間の様子を思い出させた。外で元気に遊んで教室にもどってきた時、汗をたくさんかき、息がハアハアきれていてもだんだんと体は元に戻ってきて楽になってくる。つまり、つかれても人の体は休めば回復してくることを話した。そして、このように運動を日頃から続けることによって人の体は丈夫になり、それが健康な体になるということを教えた。

うんどう→つかれる→休む→体がじょうぶになる⇒健康

最後に、健康な体というのは大人になっても大事なことであることを話し、教師も日頃から運動をして健康に気をつけていることを話した。

<展開のポイント>

手つなぎ鬼はテレビゲームと違って、体全部を使うことや心臓や息が速くなり、つかれるところなど同じ遊びでもずいぶん違うことに気付かせる。また、「つかれる」ことについて自分たちの考えや感じていることを意見交流させたいが、普段の自分たちの生活から振り返り考えるような発問を用意し、なるべく子どもたちから気付いていけるような場にした。また、つかれるということがマイナスのイメージにならないように、運動によるその他の効果（お腹がすいたり、ぐっすり眠れたり）といったことも子どもたちからの発言のなかにでてくるような発問を考えたい。そして、こういった運動を続けて行うことが生涯を通して健康で元気な生活を送れることにつながり、大人になっても同じようにしていくことが大切であることを話す。

4 資料

からだチェックリスト

なまえ _____

つぎのしつもんにこたえて、はい、いいえのどちらかに○をつけましょう。

うんどうまえ

はい

いいえ

- | | | |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.うんどうしたい | () | () |
| 2.げんきだ | () | () |
| 3.しんそうがいつもよりはやくうごいている | () | () |
| 4.いきがいつもよりはやくなっている | () | () |
| 5.あせがでている | () | () |

うんどうしたあと

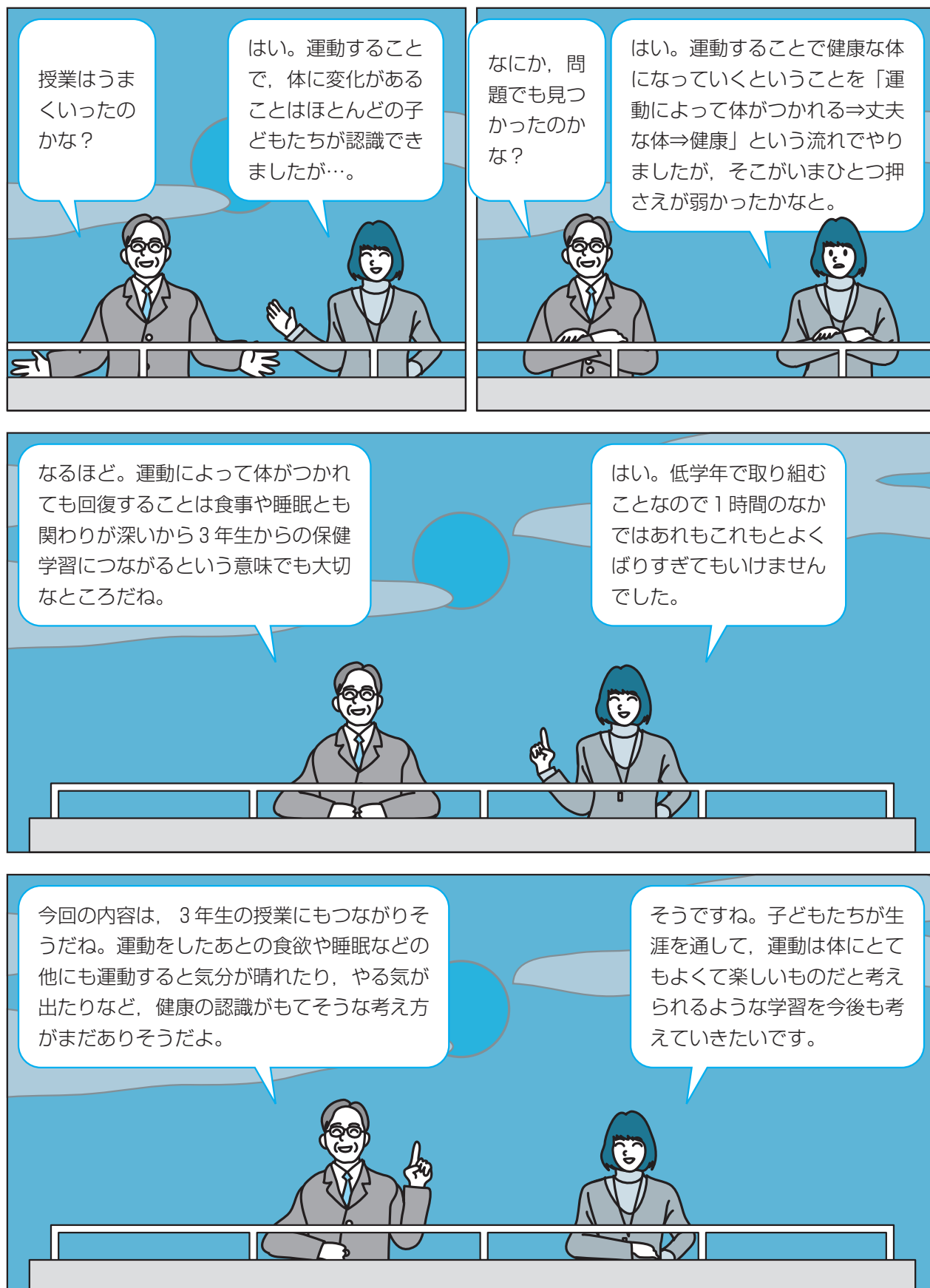
はい

いいえ

- | | | |
|------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1.きもちがすっきりしている | () | () |
| 2.げんきだ | () | () |
| 3.しんそうがはやくなった | () | () |
| 4.いきがいつもよりはやくなった | () | () |
| 5.あせがでた | () | () |
| 6.つかれた | () | () |

きょうのじゅぎょうをうけておもったことをかきましょう

5 実践を終えて



1 新学習指導要領における保健学習の内容の示し方等について

1 指導内容を明確化した示し方となっていること

平成20年3月に告示された学習指導要領では、小学校体育科保健領域及び中学校保健体育科保健分野において指導内容の明確化が重視されたものとなっている。その小学校体育編の解説には、健康な生活を送る資質や能力の基礎を培う観点から、系統性のある指導ができるよう健康に関する内容を明確にすること、また、中学校保健体育編の解説には、自らの健康を適切に管理し改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成する観点から、系統性のある指導ができるよう内容を明確にすることを方針として改訂が図られたと示されている。

具体的には、次のように内容の示し方が改善されている。

小学校では、例えば、第3学年の「毎日の生活と健康」で、従前、「毎日を健康に過ごすためには」というように「〇〇ためには」という目的をあらわしていたものが、今改訂では「毎日を健康に過ごすには」という主部を置いて、述部に「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」というようになっている。内容の記述の仕方が、基本的に「主部＋述部」の構文で整理されており、述部には、主部に対する条件や要因を示すように改善がなされている。

中学校では、例えば、第1学年の「心身の機能の発達と心の健康」で、従前、「心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処するとともに、心身の調和を保つことが大切であること」と示していたものが、今改訂では「心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があること」というようになっている。内容の示し方が、「心身の調和を保つことが大切であること」としていたものを、「心の健康を保つには」という主部に対して、述部に「ストレスに適切に対処すること」というようになっている。内容記述の仕方が、述部には、主部に対する条件や要因を示すように改善がなされている。

このように、これからの保健学習においては、指導内容の明確化が図られていることを踏まえて、「何を」学習するのかを明確にした授業展開がより一層求められているといえよう。

2 指導内容の系統性を踏まえた示し方となっていること

保健学習は、小学校第3学年から高等学校第2学年（入学の次の年次）まで、継続して取り上げるように位置付けられている。今改訂において、小学校、中学校、高等学校のつながりを踏まえた改善が図られている。

例えば、小学校と中学校のつながりについて具体的に例を示す。

小学校第3学年	小学校第6学年	中学校第3学年
「毎日の生活と健康」 ア 心や体の調子がよいなどの健康の状態は、主体の要因や周囲の環境の要因がかかわっていること。	「病気の予防」 オ 地域では、保健にかかわる様々な活動が行われていること。	「健康な生活と疾病の予防」 カ 個人の健康は、健康を保持増進するための社会の取組と密接なかわりがあること。

- ① 小学校第3学年の「健康の状態」については、保健学習の始まりとして全般的に学ぶことが意図されていると考えられる。
- ② 小学校第6学年の「様々な保健活動」については、小学校の保健学習のまとめとして身近な生活におけるヘルスプロモーションの考え方を踏まえており、また、中学校との接続が意図されていると考えられる。
- ③ 中学校第3学年の「社会の取組」については、中学校（義務教育）における保健学習のまとめとして個人生活におけるヘルスプロモーションの考え方を踏まえており、また、高等学校との接続が

意図されていると考えられる。

3 知識を活用する学習活動を取り入れることが示されたこと

指導計画の作成と内容の取扱いには、「指導に際しては、知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うこと」と示された。このことは、基礎的・基本的な知識を習得すること、知識を活用する学習活動により思考力・判断力等の育成すること、学習意欲を培うことが保健学習においても重視されていると考えられる。

ここで特に留意すべきことは、「知識を活用する学習活動」のとらえ方である。日常生活において学んだ知識を実際に活用することを直接的に求めていることではないので、注意を要する。すなわち、知識を活用する学習活動とは、まったく異なった新たなことが示されているというものではなく、これまでの思考力・判断力等を育てる学習を重視することと、同じ意図を持つものといえよう。これからの授業づくりに当たっては、基礎的・基本的な知識の習得とともに、習得した知識を活用する学習活動の工夫が一層求められるといえよう。

2 保健学習における指導と評価

1 指導に生かす評価を充実する

保健学習の評価は、「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「知識・理解」の3観点で行うこととされている。その際、「評価の結果によって後の指導を改善し、さらに新しい指導の成果を再度評価するという、指導に生かす評価を充実させること（いわゆる指導と評価の一体化）」（「児童生徒の学習と教育課程の実施状況の評価の在り方について」（教育課程審議会，平成12年12月4日））を踏まえることが大切になる。

保健学習における指導と評価の課題としては、授業者自身にとって、授業展開場面でとりあげる学習内容が明確になっていないこと、その展開場面で高める学習の実現状況が明確になっていないことがあげられる。

2 学習内容を明確にする

指導と評価の充実には、学習内容を明確にすることが大切である。学習内容を明確にするに当たっては、学習指導要領及び解説から、学習内容、指導上の配慮事項、学習方法などを読み取ることが求められる。そして、その単位時間の柱となる学習内容として、健康を支える「考え」や「きまり」を特定することが大切になる。また、それを支える方法や具体例を明確にしておくことが求められる。

3 学習の実現状況を明確にする

学習の実現状況を明確するに当たっては、例えば学習の実現状況を「言う」、「見つける」などの特徴的な兆候を「観察可能な姿」としてとらえておくことが考えられる。これらの姿と各観点とのつながりについては、おおよそ「ヨコ」「タテ」「高さ」の3つの軸で行っていくことが考えられる。

それぞれについては、次のようにする。

① 各観点において、特徴的な兆候を示す姿をとらえる（「ヨコ」の関係）

観察可能な姿は、3観点のそれぞれにおいてとらえ、他の観点と重複しないようにする。その際、一つの観点で用いた観察可能な姿を他の観点で用いないようにする。例えば、知識・理解で「言う」を用いた場合、他の観点ではこの「言う」を用いないで、関心・意欲・態度では「進んで取り組む」、思考・判断では「選ぶ」を用いるようにする。

それぞれの観点における観察可能な姿の例としては、次のものがあげられる。

関心・意欲・態度には、「注意を向ける」「注目する」「指示に従う」「進んで取り組む」などがある。思考・判断には、「見つける」「組み合わせる」「利用する」「応用する」「適用する」などがある。知識・理解には、「言う」「書き出す」などがある。

② 各観点において、「包括」と「具体」を示す姿をとらえる（「タテ」の関係）

観察可能な姿は、単元の評価規準（包括）と具体の評価規準（具体）で用いるものが重複しないようにする。その際、単元の評価規準（包括）で用いた観察可能な姿を具体の評価規準（具体）で用いないようにする。例えば、知識・理解の単元の評価規準では「理解する」を用いた場合、具体の評価規準ではこの「理解する」を用いないで、その中味の観察可能な姿として「書き出す」を用いるようにする。

それぞれの観点における単元の評価規準（包括）の例としては、次のものがあげられる。

関心・意欲・態度には、「関心をもつ」「意欲的に取り組む」「態度をとる」などがある。思考・判断には、「考える」「工夫する」「判断する」などがある。知識・理解には、「理解する」などがある。

③ 各観点において、学習の実現状況の高まりを示す姿をとらえる（「高さ」の関係）

観察可能な姿として、おおむね満足と判断する状況としての評価規準に用いられるものを特定した場合、その実現状況が高まった姿をとらえておくことが大切である。例えば、知識・理解の規準では、「書き出す」を用いた場合、この実現状況の高まりを示す姿として「具体例をあげて説明する」というようにすることである。

それぞれの観点における、実現状況が高まった姿の例としては、次のものがある。

関心・意欲・態度には、「自ら進んで取り組む」「最後までやり遂げる」「粘り強く取り組む」などがある。思考・判断には、「分類する」「比べる」「違いを指摘する」「分析する」「改善する」「提案する」などがある。知識・理解には、「具体例を挙げて説明する」「背景を入れて説明する」などがある。

4 授業展開を工夫する

指導と評価をするに当たり注意しておきたいことには、授業展開においてあらわれた子どもの姿を評価の観点（評価規準）で引き取ろうとするあまり、それぞれの評価の観点で引き取ることがあらわれる授業展開の「しかけ」がおろそかにならないようにすることがある。例えば、思考・判断が働く展開場面をつくらないでいて、思考・判断の評価をすることは困難なこととなるであろう。

今次改訂で、「知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うこと」が示されたのは、保健の授業展開を「知識を活用する学習活動」に転換していくことが求められている。思考・判断が働くような授業づくりが今までよりも一層求められているのである。

本書は、文部科学省補助金による学校保健センター事業として、下記の財団法人日本学校保健会に設置した「保健学習推進委員会」で作成したものである。

「保健学習推進委員会名簿（平成17～20年度）」

委員長 野津 有司 筑波大学大学院人間総合科学研究科教授

(小学校部会) 委員 岩田 英樹 金沢大学人間社会学域准教授
委員 小林 正明 大田区立仲六郷小学校教諭
委員 佐藤 博志 さいたま市教育委員会学校教育指導1課長
委員 戸田 芳雄 国立淡路青少年交流の家所長
委員 富岡 寛 川崎市立鷺沼小学校総括教諭
委員 渡邊 正樹 東京学芸大学教育学部教授（副委員長）

(中学校部会) 委員 青木 孝子 江戸川区立葛西第二中学校校長
委員 荻原 芳彦 山形県高畠町立第二中学校教諭
委員 高須 孝司 名古屋市立天白中学校教諭
委員 西岡 伸紀 兵庫教育大学大学院学校教育研究科教授（副委員長）
委員 横嶋 剛 宇都宮市教育委員会学校健康課指導主事
委員 吉田 初美 熊谷市立玉井中学校教諭（平成19～20年度）
委員 龍 義文 鹿屋市立高隈中学校教頭（平成17～18年度）
委員 渡部 基 北海道教育大学教育学部准教授

(高等学校部会) 委員 赤木 京 広島県立神辺旭高等学校教諭
委員 今関 豊一 順天堂大学スポーツ健康科学部准教授（平成20年度）
委員 植田 誠治 聖心女子大学文学部教授（平成19～20年度副委員長）
委員 久保 史裕 千葉県立佐倉南高等学校教諭（平成19年度）
千葉県立八街市立南中学校教諭（平成20年度）
委員 小泉 圭二 山梨県立甲府東高等学校教諭（平成17～18年度）
委員 白石哲太郎 群馬県立高崎東高等学校教諭
委員 高野 能弘 埼玉県立浦和北高等学校教頭
委員 高橋 浩之 千葉大学教育学部教授（平成17～18年度副委員長）
委員 和唐 正勝 新潟医療福祉大学健康科学部教授

なお、本書の作成にあたり、

森 良一 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課教科調査官（平成20年度）

今関 豊一 前文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課教科調査官（平成18～19年度）

のほか、下記の方々に、多大な援助とご助言をいただきました。

采女智津江 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課健康教育調査官

北垣 邦彦 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課健康教育調査官

高山 研 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課専門官

「新学習指導要領」に基づく これからの小学校保健学習

初版 平成21年2月18日
2版 平成22年3月17日

発行者

財団法人 日本学校保健会
〒105-0001 東京都港区虎ノ門2-3-17
虎の門2丁目タワー6階
☎03(3501)3785・0968

印刷所

勝美印刷株式会社

