

第2章

各教科等における保健教育の実際

第2章

各教科等における保健教育の実際

第1節 体育（保健領域等）

1. 第1・2学年「体ほぐしの運動」

1. 単元名 体ほぐしの運動（第1学年 体づくり運動）

2. 単元の目標

- ・心と体の変化に気付いたり、体の調子を整えたり、みんなに関わりあったりするための手軽な運動や律動的な運動ができるようにする。（運動）
- ・運動に進んで取り組み、決まりを守り仲良く運動したり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。（態度）
- ・簡単な運動の行い方を工夫できるようにするとともに、体を動かすと気持ちがいよこに気付くことができるようにする。（思考・判断）

3. 単元について

体ほぐしの運動は、いろいろな手軽な運動や律動的な運動を行い、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことによって、自分の体の状態に気付き、体の調子を整えたり、仲間と豊かに交流したりする運動である。また、低学年では、運動を通して、「体を動かす気持ちよさ」、「運動すると汗が出ること」、「心臓の鼓動が激しくなること」などに気付けるようにすることで、健康への意識について高めていくようにさせることが大切なねらいとなる。

本単元では、手軽な運動に楽しく取り組み、運動したときの気持ちや心地よさに気付けるように配慮する。また、系統性を考慮し2学年を見通した計画を立て、第2学年の最後には、それまでの経験を生かして、友達と一緒に運動したり用具を使って運動したりするなど、楽しく運動できる行い方を自分たちで選ぶ活動を行い、中学年の学習につなげていく。

さらに、低学年で大切なねらいとなる健康への意識について高めていくためには、単に運動することの心地よさだけを味わうのではなく、運動による体の変化や心の変化について気付いていくようにすることが重要であるため、児童への発問や学習カード等を工夫することで、運動を通して健康の認識をもてるようにする。

4. 単元計画

時間	第1学年		第2学年		
	第1時	第2時（本時）	第1時	第2時	第3時
主な学習内容・学習活動	○いろいろな体ほぐしの運動をやってみる。		○いろいろな体ほぐしの運動をやってみる。		○今までやった体ほぐしの運動から、自分たちで選んでやってみる。
	1 用具や場の準備を行う。 2 学習課題を確認する。 3 いろいろな体ほぐしの運動を知り、やってみる。 ・歩いたり、走ったりする運動 ・伝承遊びや集団による運動 ・ペアでのストレッチ など 4 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。 ・動いてみての感想を発表する。 5 後片付けをする。		1 用具や場の準備を行う。 2 学習課題を確認する。 3 いろいろな体ほぐしの運動を知り、やってみる。 4 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。 ・動いてみての感想を発表する。 5 後片付けをする。		1 用具や場の準備を行う。 2 学習課題を確認する。 3 自分たちで運動を選んでやってみる。 4 学習を振り返る。 ・学習カードに記入する。 ・動いてみての感想を発表する。 5 後片付けをする。

※ここでいう「単元」とは、2年間を見通したもので、何時間かのまとまりとして取り扱う単元とは異なるものである。

5. 展開例

(1) 「体ほぐしの運動」(第1学年 2/2時間)

(2) 本時の目標

- 手軽な運動や律動的な運動ができるようにする。(運動)
- 体ほぐしの運動に進んで取り組もうとすることができるようにする。(態度)
- ◎体ほぐしの運動の行い方を知り、運動すると心や体に変化することに気付くことができるようにする。(思考・判断)

(3) 展開 ※本時では、「運動についての思考・判断」を主として評価する。

学習内容 吹き出しは、予想される児童の反応、主な発問・指示

時間	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
5分	1. 用具や場の準備をする。 2. 本時の学習課題を確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; color: blue; font-weight: bold;">体ほぐしの運動で元気アップ!</div>	○前時で体ほぐしの運動を行って自分の心や体とどんな話ができただかを確認し、今日も元気アップできるように言葉かけをする。 ○リズムに乗れるような軽快な音楽や手拍子を打ったりして楽しい雰囲気づくりをしていく。
10分	3. 歩いたり走ったりする体ほぐしの運動をやってみる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 例) ラインウォーキング ・音楽がなっている間、体育館のライン上を歩く。スキップする。じゃんけん列車を行う。など。 </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 10px; color: blue;"> 心臓がドクン、ドクンってなっているよ。ドキドキしてるね。 </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 例) いも虫列車 ・低い姿勢で友達の肩につながり、いも虫列車をつくり前に進む。グループでの競争やいろいろなコースを歩く。など。 </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 10px; color: blue;"> みんなで声を掛け合って前に進んでいくと、どんどん楽しくなってきたね。 </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 例) リズムに合わせてウォーキング ・音楽に合わせて、リーダーの動きを真似してグループで歩く。など。 </div> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 10px;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: 10px; color: blue;"> 音楽に合わせて動くと、体が弾んでとっても気持ちがいいね。 </div> </div>	○歩いたり走ったりする運動をすると、どんな気持ちか、体の変化はあったかななどを聞き、心や体の変化について気付けるようにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; color: blue;"> さあ、胸に手を当ててみよう。走ったりスキップしたりすると、心臓はどんな音を出しているかな? </div>  ○仲間と一緒に運動すると、一人で運動するときとは違った心地よさがあることに気付けるようにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; color: blue;"> 手が離れないようにしながら、友達と協力して前に進んでいくとき、楽しかったかな? </div>  ○音楽に合わせて運動すると、心や体が弾むような心地よさがあることに気付けるようにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px; color: blue;"> 音楽に合わせて動いたり、友達の動きをまねて動いているとき、どう感じましたか? </div>  ○児童から出た意見を黒板に書き、学習のまとめの際に活用する。

15分

4. 伝承遊びや集団による体ほぐしの運動をやる。

例) おしくらまんじゅう
だるまさんがころんだ
なべなべそこぬけ など



友達の体はとってもあたたかかったよ。汗もたくさんでたよ。

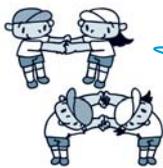
例) フラフープ送り
・グループで手をつなぎ、体をうまく使ってフラフープを渡していく。など。



できたときはすごくうれしい気持ちになったよ。

5. ペアでのストレッチを行う。

例) 引っ張りっこ



体が伸びてる感じがするよ。引っ張られると、なんとなく気持ちがいいね。

例) 足をぶらぶら



足をぶらぶらされると、少くすぐったいけど、とっても気持ちがいい。

6. 学習のまとめを行う。

・運動したときの心と体の状態について発表したり、学習カードに記入したりする。

ぼくは、みんなと一緒に運動したときが一番ワクワクして楽しかったよ。



体を動かすと、汗が出たり、心臓がドキドキして、とっても気持ちよかったよ!



・用具や場の片付けをする。

- おしくらまんじゅうなど、友達の体を押し合う時の安全面について伝える。
- 友達と体を押し合うとどんな気持ちか、体の変化はあったかななどを聞き、心や体の変化について気付けるようにする。

おしくらまんじゅうでは、友達の体とたくさん触れていたね。何か気付いたことはあるかな?



- 仲間と一緒に協力して、ねらいを達成したときの心地よさに気付けるようにする。

みんなで協力して難しい運動に挑戦してできた時は、どんな気持ちだったかな?



- 児童から出た意見を黒板に書き、学習のまとめの際に活用する。
- ゆったりとした音楽をかけて心と体を静めていけるようにする。

- 友達とストレッチをするとどんな気持ちか、体の変化はあったかななどを聞き、心や体の変化について気付けるようにする。

友達に引っ張ってもらったり、足をぶらぶらしてもらったりしているときって、どんな感じだったかな?



- 体ほぐしの運動をしてどうだったかを発表したり学習カードに記入したりするよう助言する。

◆【運動についての思考・判断】

体を動かすと、気持ちがいいことや汗が出ること、心臓の鼓動が激しくなることなどに気付いている。

(発言・学習カード)

- 黒板に書いた児童の意見を振り返りながら、そのときの気持ちを思い出させる。

(4) 資料等

○板書(例)

からだほぐしのうんどうでげんきアップ!

あるく・はしる	ともだちといっしょに	ふたりでストレッチ
 <p>ライン・ウォーキング</p> <p>しんぞうが、ドクン・ドクン</p>	 <p>おしくらまんじゅう</p> <p>ともだちのからだがあたかかった!</p>	 <p>ふたりでストレッチ ひっぱりっこ</p> <p>からだのがひてるってかんじがする!</p>
 <p>リズムにあわせて!</p> <p>からだははすんできもちいい!</p>	 <p>フラフープおくり</p> <p>うまくいったのでとってもうれしかった!</p>	 <p>ふたりでストレッチ あしフラフラ</p> <p>ひっぱられるときもちいい!</p>
 <p>いもむし れっしゃ</p> <p>みんなでうごくこととってもたのしい!</p>	 <p>つないでいた手かとってもあったかかったよ</p>	 <p>くすぐったいけどきもちがいい!</p>

<板書の留意点>

- ・授業で行う活動のカードを作成しておく。
- ・発問に対する児童の言葉を吹き出しで書く。
- ・体の変化を赤字で、気持ちの変化を青字で書き、2つの変化について意識させる。
- ・学習のまとめの際に、それぞれの活動時の気持ちを思い起こさせる。

○学習カード(例)

からだほぐしのうんどう がくしゅうカード

1ねん くみ なまえ _____

●できたかな? ●

① たのしかったかな? バッチ! まああ もうすこし

② ともだちとなかよくできたかな? バッチ! まああ もうすこし

③ からだいっぱいかってうこけたかな? バッチ! まああ もうすこし

きょうのことをせんせいにおはなししてね。(からだのこと、こころのこと、ともだちのこと)

きょうのげんきパワー

せんせいあのね……()が()にち

じゅぎょうのまえ てん

じゅぎょうのあと てん

「運動と健康が関わっていることの具体的な考えがもてる」ための学習カード作成上の工夫

工夫1 「せんせいあのね…」の中に、「からだのこと」「こころのこと」を入れることで、運動による心や体の変化に意識が向くようにする。

工夫2 「きょうのげんきパワー」において、授業前と授業後の「げんきパワー」の得点を記入させることで、運動をすることにより、元気が増す(=健康になる)ことに気付くようにする。

6. より効果的な実践のために

低学年は、思考と活動が未分化な時期であり、「動くこと」と「考えること」が同時に起こる傾向がみられる。また、様々な運動遊びの経験から、運動への肯定的な態度や多様な動きを身に付けるときでもある。低学年において、運動と健康が関わっていることの具体的な考えがもてるようにするためには、体を動かすことによる心や体の変化を意識させることが大切になる。そのためには、体育の授業だけでなく、学校生活や家庭生活などの様々な生活の場面で、繰り返しその経験をすることがより具体的な意識へとつながっていく。

2. 第3学年「毎日の生活と健康」（健康な生活とわたし）

1. 単元名 「毎日の生活と健康」

2. 単元の目標

- ・健康な生活について、関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができるようにする。
(関心・意欲・態度)
- ・健康な生活について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動により、実践的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。
(思考・判断)
- ・健康の状態、1日の生活の仕方、身の回りの環境について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解することができるようにする。
(知識・理解)

3. 単元について

ここでは、児童が自ら主体的に健康によい生活を送るための基礎として、健康の大切さを認識させるとともに、毎日の生活に関心をもたせ、健康によい生活の仕方を理解できるようにする必要がある。そのため、日常の具体的な場面の中から「元気な様子の人（元気さん）」に注目させ、毎日を元気に過ごすためにはどうしたらよいかを考えさせることから始める。そして、それらを主体の要因と環境の要因に分け、それぞれの要因について自分の生活に置き換えながら考え、自分の生活を見直すことを通して、健康によい1日の生活の仕方や、生活環境を整えるために自分でできることを実践する意欲をもたせる。

特に、3年生は保健学習に最初に出会う学年である。のびのびとした元気いっぱい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げがえのないものであることを実感でき、今後の学習につながるよう配慮するものとする。

4. 単元計画

時間	第1時（本時）	第2時	第3時	第4時
主な学習内容・学習活動	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)
	○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の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などが必要であること。	○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。
	1. 「元気さん」を探す。 2. 「元気さん」はどんな生活をしているか考え、その要因の仲間分けをする。 3. 「元気さん」になるための生活の仕方について考える。 4. 心や体が健康だとどんなことができるか考える。	1. 友達の、元気な日の生活と、元気が出ない日の生活を比べて、気付いたことを発表する。 2. 自分の生活調べをチェックしてみる。 3. 自分の1日の生活の仕方を見直して、学習したことと関連付けて考える。	1. ぬれた脱脂綿で手をふいて、気付いたことを発表する。 2. 衣服に付いた汚れの染め出し実験を観察し、気付いたことを発表する。 3. 汚れを放っておくとどうなるか考える。 4. 学習したことを自分の生活と関連付けて考える。	1. 教室の明るさを変え、気付いたことを発表する。 2. 換気の実験を観察し、気付いたことを発表する。 3. 明るさや換気が体に及ぼす影響を考える。 4. 自分の身の回りの環境と学習したことを関連付けて考える。

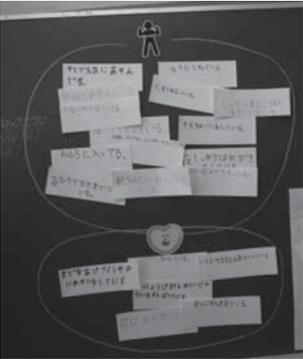
5. 展開例（1／4時間）

(1) 健康な生活とわたし

(2) 本時の目標

- ・健康な生活について、資料を見たり自分の生活を振り返ったりする等、進んで学習に取り組むことができるようにする。（関心・意欲・態度）
- ・健康の状態には主体の要因と環境の要因が関わっていることを理解することができるようにする。（知識・理解）

(3) 展開 : ねらい : 学習内容 : 発問・指示など

時間	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 5分	<p>1. イラストから「元気な様子の人（元気さん）」を探す。</p> <div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>・この絵の中から「元気さん」を見つけて○をつけましょう。</p> </div>	<p>○各班に1枚ずつ生活の場面絵を用意する。（p 27 資料参照）</p> <div style="text-align: center;">  <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>たくさんの意見が出るように生活の場面絵を工夫しよう。</p> </div> </div>
展開 10分	<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>・健康な生活について、「元気さん」の様子を手がかりに、考えてみよう</p> </div> <p>2. 「元気さん」について考える。</p> <div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>・「元気さん」はどんな生活をしているのでしょうか。</p> </div> <p>〈予想される反応〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・好き嫌いが無い ・病気をしない ・歯みがきをする ・夜早く寝る ・朝早く起きる ・学校を休まない ・外で遊ぶ ・元気に運動する ・一生懸命勉強をする ・・・等 <p>3. 「元気さん」の生活の様子についての考えを心や体の健康な状態として整理する。</p> <div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>・出された意見を短冊に書いて黒板に貼りましょう。同じような意見は近くに貼ってください。</p> </div> <div style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>健康の状態には、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などの心や体の調子が良い状態があること。</p> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>	<p>○ブレインストーミング（p 17 参照）を通して、できるだけたくさんの考えを出させる。</p> <p>○導入で使った場面絵も参考に、なぜその子に○をつけたのかという視点から考えさせる。</p> <div style="text-align: center;">  <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>机間指導し、「心」の様子についても考えが広がるように支援しよう。</p> </div> </div> <p>◆【関心・意欲・態度】</p> <p>健康な生活について、資料を見たり自分の生活を振り返ったりするなどの学習に進んで取り組もうとしている。（行動の観察）</p> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div> <p>○「体」の状態だけでなく、「心」の状態についても注目させて、「健康」として押さえる。</p>

5分

4. 健康な生活に関わることを、生活の仕方と、身の回りの環境に分けて考える。

・健康であるためには、どうしたらいいのでしょうか。自分のことや、周りの様子ことから考えてみよう。

〈予想される反応〉

- ・好き嫌いなく食べる
- ・外で元気に遊ぶ
- ・うがい手洗いをする
- ・早寝早起きをする
- ・窓を開ける
- ・掃除をする
- ・暗いときは電気をつける
- ・・・等

健康の状態には、1日の生活の仕方などの主体の要因や身の回りの環境の要因が関わっていること。

10分

5. 健康であることで、現在の学校生活や今後の生活がどのようなのかを考える。

・元気さんは、健康についての勉強をして、どんどん「健康」になっていきました。それからの元気さんは、どんなふうになると思いますか？

〈予想される反応〉

- ・学校を休まなくなった。
- ・もっと運動するようになった。
- ・進んで勉強した。
- ・病気をしなくなった。
- ・仲の良い友達が増えた。
- ・・・等

心や体が健康だと、人と関わりながら明るく充実した毎日の生活を送れることにつながり、健康がかけがえのないものであること。

- ワークシートに記入後、全体で発表させる。
- 出された意見を、「自分たちの生活の仕方に関わること」と「周りの環境に関わること」に分けて板書していく。



「周りの環境に関わること」については意見が出にくいことが予想されるので、補足していくようにする

◆【知識・理解】

健康の状態には主体の要因と環境の要因が関わっていることについて、言ったり書いたりしている。
(ワークシートへの記入、発言)

- 何人かに発表させ、友達の思いを聞かせる。
- 結論を出すのではなく、健康に関わっての友達の意見を基に考えを深めさせる。

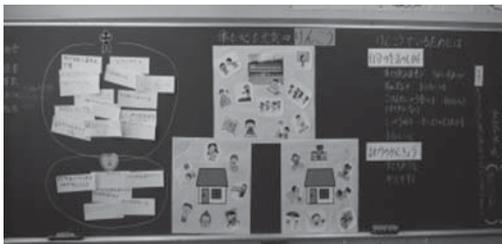
「健康」な状態が、単に「元気なこと」に留まらないように。心の面からも、あるいは身の回りの環境との関わりからも捉えられるようにしましょう。



健康であることは、明るく楽しい毎日の生活につながり、かけがえのないものであることを教師の言葉でしっかり押さえる。

まとめ5分

6. 本時のまとめと次時の予告を聞く。



- 健康の要因については、次時で詳しく取り扱うこと、また、次時まで自分の1日の生活を振り返ってみるための生活調べに取り組むことを伝えておく。



これが「保健」という新しい学習であることを押さえ、これからずっと健康について学習していくことを伝える。

(4) 資料等

本時で使用したワークシート

毎日の生活とけんこう

()

○「けんこう」であるためにはどうしたらいいのでしょうか。



○体や心が「けんこう」だと、どんないいことがあるでしょうか。



生活の場面絵（朝の絵）



生活の場面絵（昼の絵）



6. 特別活動及び総合的な学習の時間との関連

(1) 特別活動との関連

本単元での学習を踏まえて、生活調べで明らかになった自分の課題を解決するために、実際に行わなければならないことを、具体的に実践できるように支援していくことが望ましい。そのために特別活動において、食事・運動・休養及び睡眠の調和のとれた生活、手洗いや衣服などの清潔、明るさの調節や換気の仕方など、発達の段階などに合わせて指導することが有効であろう。

(2) 総合的な学習の時間との関連

今後、健康によい生活を続けるためには、本単元で学んだことを、継続して取り組んでいくことが必要である。例えば、横断的・総合的な課題として「健康」に焦点を当て、「毎日の健康な生活」を学習対象とし、学習事項としては、「今月の生活を振り返ろう」、「もっと健康になるためにできることを考えよう」、「来月のめあてを決めよう」等で、単元構成を考えることができる。

3. 第4学年「育ちゆく体とわたし」（思春期の体の変化）

1. 単元名 「育ちゆく体とわたし」

2. 単元の目標

- ・体の発育・発達について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができるようにする。 (関心・意欲・態度)
- ・体の発育・発達について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動により、実践的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。 (思考・判断)
- ・体の発育・発達、思春期の体の変化、よりよく発育・発達させるための生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解することができるようにする。 (知識・理解)

3. 単元について

本単元には、学校における性に関する指導に関する内容が示されている。したがって、発達の段階を踏まえ指導することが大切となるが、小学校4年生に中学校の内容である月経・精通とホルモンの関係を医学的に説明するなど、その現象が起こる仕組みについて難しく教え過ぎていることが懸念される。そこで、本単元では、初経、精通について大人の体に近づく具体的な現象として捉えさせ、近い将来それらが起こったときに不安にならないよう指導する。さらに、自分の体の変化や個人による発育の違いなどについては、自分のこととして実感させ肯定的に受け止めさせるよう配慮するものとする。

4. 単元計画

時間	第1時	第2時	第3時（本時）	第4時
主な学習内容・学習活動	体の発育・発達	思春期の体の変化①	思春期の体の変化②	体をよりよく発育・発達させるための生活
	○身長や体重は、年齢に伴って変化すること。 ○体の変化には個人差があること。	○思春期には、体つきに変化が起こり、男女の特徴が現れること。 ○変化の起こり方は、人によって違いがあること。	○思春期には変声や発毛、初経や精通が起こること。 ○思春期には異性への関心も芽生えること。 ○個人差はあるものの大人の体に近づく現象であること。	○体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、調和のとれた食事、運動、休養及び睡眠などが必要であること。
	1. 赤ちゃんの頃の服や靴を見る。 2. 1年ごとの身長の伸びを示した紙テープを学習カードに貼り、友達と比較して気付いたことを話し合う。 3. 複数人の身長の伸びを示したデータ資料で、身長の伸び方について考える。 4. 身長が急に伸びる時期や量は一人一人違うことを知るとともに、体重も同様に増えていくことを知る。 5. 学習のまとめをする。	1. シルエットクイズを行い、男女の体つきの違いについて考える。 2. 思春期に起こる男女の体つきの変化について、話し合う。 3. データ資料から体の変化が起こる時期については、個人差があることを知る。 4. 成長について個人差を感じた体験談を聞く。 5. 学習のまとめをする。	1. 思春期に起こる体の変化を知る。 2. 体の秘密カードを基に、初経や精通について調べる。 3. 思春期には、初経、精通が起こることを知る。 4. 事例を基に、思春期には、異性への関心が芽生えることを知る。 5. 学習のまとめをする。	1. 給食の献立から、よりよく発育・発達させるための調和の取れた食事の必要性に気付く。 2. 食事、運動、休養・睡眠を関連付け、よりよく発育発達させるための生活の仕方について知る。 3. 学習したことを自分の生活と関連付けて考える。 4. 学習のまとめをする。

5. 展開例 (3/4時間)

(1) 思春期の体の変化②

(2) 本時の目標

- ・体の発育・発達について、教科書や友達の話などを基に、課題や解決の方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明することができるようにする。(思考・判断)
- ・思春期には、初経、精通などが起こり、異性への関心も芽生えること、これらは、個人によって早い遅いがあるものの、大人の体に近づく現象であることについて、言ったり、書いたりすることができるようにする。(知識・理解)

(3) 展開 : ねらい : 学習内容 : 発問・指示など

時間	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 10分	<p>1. 思春期に起こる体の変化を知る。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・猫やネズミなどの動物のヒゲと、人間のヒゲの違いは何でしょうか？</p> </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・人間の赤ちゃんにはヒゲはないけれど、大人にはあるよ ・女の人にも生えるのかな。 ・動物は小さなときからヒゲがあるが、人間のヒゲは大人になると生えてきたり、濃くなったりすることに注目する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○思春期になるとヒゲの他にも、ワキの毛やすね毛、性器のまわりの毛が生えることを気付かせる。 ○思春期には人によって違いがあるが発毛や、変声が起こったりすることを押さえる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>まずは、楽しく学べる雰囲気。そして、発毛の他にも変声など思春期に起こる体の変化があることを伝え、本時の課題につなげましょう。</p> </div> 
展開 30分	<p>2. 学習のねらいを知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・大人に近づくにつれて体の中は、どのように変わっていくのだろう。</p> </div> <p>3. 思春期には、「初経」「精通」が起こることについて知る。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・体の中の変化に、初経、精通があります。これらについて調べて、分かったことを友達に教えてあげよう。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・配られた体の秘密カードを基に、学習カードに記入する。 ・調べたことを友達に説明する。 ・学習カードにまとめる。 ・まとめたことを全体で確認する。 <div style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・思春期には、女子には初経、男子には精通が起こること。 ・個人によって早い遅いがあるものの、大人の体に近づく現象であること。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○各班に4種類のカードの内1種類を配り、そのカードを基に、友達に教えてあげるための秘密を学習カードに記入させる。(p 31 資料参照) ○制限時間内に自分が調べた秘密以外を友達に教えてもらうように指示する。  <p>◆【思考・判断】</p> <p>体の発育・発達について、資料や友達の話などを基に、課題を見つけ、それらを説明することができる。(観察・学習カード)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○調べたことを全体で確認し、教師がまとめる。 ○個人差については、初経や精通を経験した時期のデータ資料を基に説明する。

4. 異性への関心についての事例（隣の人と手をつないでみよう）を基に考える。

・ここで、突然ですが、隣の人と手をつないでみよう。

・低学年の時は、男女で手をつなげたのに、今、手をつなげない人があるのはなぜだろう？

<予想される反応>

- ・なんだか恥ずかしい。
- ・友達に冷やかされる。
- ・異性として意識し始めているからなのかも。

・異性への関心について、6年生と4年生を比べて見よう。

・思春期には、異性への関心も芽生えること

5. 学習した内容を活用し、将来の自分に対してのメッセージを考える。

・大人になることに不安な気持ちを持った人もいるかもしれません。学習したことから、将来の自分にメッセージを考えてみよう。



自分を大切にすることを育てることを念頭に、観察して、思春期の体の変化について自分のこととして実感するとともに、将来の自分に対して肯定的なメッセージが書けているか確認します。

ま
と
め
5
分

6. 本時の学習のまとめをする。

- ・大人に近づくにつれて体の中は、どのように変わっていくのかまとめる。

- 学習カードに思春期に体の中にかかる変化について記入させる。

◆【知識・理解】

思春期には、初経、精通などが起こることやこれらは、個人によって早い遅いがあるものの、大人の体に近づく現象であることについて理解したことを言ったり、書いたりすることができる。(学習カード)

学習をしてみて質問したいこと、不安や心配ごとがあったらいつでも相談してよいことを伝え、保健指導につなげましょう。



- 手をつなぐことにちゅうちょしている様子を見計らって、低学年の頃を想起させる発問をする。
- 同じ行動でも、低学年と現在の反応の違いを比較させ、その原因である心の変化について考えさせる。
- 思春期の変化は、体だけでなく、心も変化することを伝える。
- 6年生と4年生のアンケート結果を比較させ、その違いに気付かせる。
- 無視したりからかったりすること、親しくなりたいたいと思うようになること、などがあることを知らせる。
- 異性への関心が芽生えることも大人に近づく変化であることを知らせる。
- 心の変化も体の変化と同様に個人差があることを押さえる。

- 本時の学習した内容を基にメッセージを考えさせ、学習カードに記入させる。
- 記入できないでいる児童には、これまでの学習内容を学習カードや黒板の板書などで振り返らせ、課題解決に当たるようにさせる。

(4) 資料等

保健学習カード		組 名前	
 かだい			
1 体の中におこる変化について考えよう。			
初 経	男子 女子 におこる現象	いつから	どんなこと
		つけたし	
精 通	男子 女子 におこる現象	いつから	どんなこと
		つけたし	
思春期に体の中で起こる変化では、女子に <input type="text"/> , 男子に <input type="text"/> が起こり、 <input type="text"/> も芽生える。 これらは、 <input type="text"/> があるものの <input type="text"/> に近づく現象である。			
2 大人になることに不安な気持ちを持った人もいかもしれません。学習したことから、将来の自分にメッセージを考えてみよう。			
		将来の自分へ ----- ----- ----- -----	

6. 特別活動及び総合的な学習の時間との関連

(1) 特別活動との関連

4年生の本時では、思春期に起こる体の変化についての正しい知識を確実に身に付けることが重要である。そして、ここでの学習を踏まえて、特別活動においては、例えば生命の尊重、自己及び他者の個性を尊重すること、相手を思いやり、望ましい人間関係を構築すること、などの指導につなげていくことも有効であろう。

(2) 総合的な学習の時間との関連

保健学習での知識を中核とし、「生命」の尊さを考える総合的な学習の時間の単元構成を考えることができる。人の生命のはじまりと自分の生命の誕生についての関係性に気付くとともに、自分がかげがえのない存在であることに気付くことで、自他の生命の大切さを考える。

また、かけがえのない生命は、多くの人に支えられ存在することを理解し、未来の自分につながっていることに気付く等、自分史を作成することを通して発育・発達や成長について考えることもできる。

○性に関する指導の留意点

ここでは、学校における性に関する指導について述べる。

平成20年1月の中央教育審議会答申では、学校における性に関する指導に関連する内容として次のように示された。

(心身の成長発達についての正しい理解)

- 学校教育においては、何よりも子どもたちの心身の調和的発達を重視する必要がある。そのためには、子どもたちが心身の成長発達について正しく理解することが不可欠である。しかし、近年、性情報の氾濫など、子どもたちを取り巻く社会環境が大きく変化してきている。このため、特に、子どもたちが性に関して適切に理解し、行動することができるようにすることが課題となっている。また、若年層のエイズ及び性感染症や人工妊娠中絶も問題となっている。
- このため、学校全体で共通理解を図りつつ、体育科、保健体育科などの関連する教科、特別活動等において、発達の段階を踏まえ、心身の発育・発達と健康、性感染症等の予防などに関する知識を確実に身に付けること、生命の尊重や自己及び他者の個性を尊重するとともに、相手を思いやり、望ましい人間関係を構築することなどを重視し、相互に関連づけて指導することが重要である。
また、家庭・地域との連携を推進し保護者や地域の理解を得ること、集団指導と個別指導の連携を密にして効果的に行うことが重要である。

このように、学校での性に関する指導においては、何よりも子どもたちの心身の調和的発達を重視する必要がある。そのためには、子どもたちが心身の成長発達について正しく理解することが不可欠となる。

また、近年、性情報の氾濫など、子どもたちを取り巻く社会環境が大きく変化してきており、子どもたちが性に関して適切に理解し、行動することができるようにすることが課題となっていることから、小学校においては、体の発育・発達や心身の健康などに関する知識について体育科保健領域を中心に確実に身に付けることを重視するとともに、特別活動等で生命の尊重や自己及び他者の個性を尊重するとともに、相手を思いやり、望ましい人間関係を構築することなどを重視し、これらを関連付けて指導することに留意する必要がある。

それらを踏まえて、体育科保健領域では、学習指導要領に次の内容を示している。

第2 各学年の目標及び内容

[第3学年・第4学年]

2 内容

G 保健

(2) 体の発育・発達について理解できるようにする。

イ 体は、思春期になると次第に大人の体に近づき、体つきが変わったり、初経、精通などが起こったりすること。また、異性への関心が芽生えること。

3 内容の取扱い

(3) 内容の「G保健」については、(2)を第4学年で指導するものとする。

(5) 内容の「G保健」の(2)については、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。

学校における性に関する指導は、学習指導要領に示した内容に基づいて実施することが重要である。今回の小学校学習指導要領の改訂では、内容に大きな変更はないが、総則の教育課程編成の一般方針において、学校における体育・健康に関する指導に、新たに「児童の発達の段階を考慮すること」を示している。また、体育科、保健体育科の学習指導要領解説で、「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こと」を新たに示している。さらに、特別活動の学習指導要領解説に集団指導と個別指導の連携を密にして効果的に行うことが示されている。

したがって、指導に当たっては、次の点に配慮する必要がある。

- ・児童の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
- ・家庭・地域との連携を推進し保護者や地域の理解を得ること
- ・集団指導と個別指導の連携を密にして効果的に行うこと

このように、集団指導においては、児童の発達の段階を踏まえた指導ができるように、児童の実態を把握するとともに、学習指導要領に示した内容に即して発問や教材等を工夫すること、年間指導計画等を通じて学校全体で共通理解を図ること、保護者参観や学校公開日等で授業を公開したり、学年便り等で情報の提供をしたりするなどして保護者や地域の理解を得ることなど、性に関する指導が適切に実施されるために配慮することが大切である。

また、子どもたちの心身の成長発達には個人差があることから、すべてを集団指導で教えるのではなく、集団指導で教えるべき内容と個別指導で教えるべき内容を明確にし、それらを関連させて指導することが重要となる。

4. 第5学年「心の健康」(心の発達)

1. 単元名 心の健康

2. 単元の目標

- ・心の健康について関心をもち、学習活動に取り組むことができるようにする。
(関心・意欲・態度)
- ・心の健康について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動により、実践的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。
(思考・判断)
- ・心の発達、心と体の相互の影響、不安や悩みへの対処の仕方について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解できるようにする。
(知識・理解)

3. 単元について

児童にとって「心の健康」の内容は、4年生で学習した「体」の内容に比べて、具体的に捉えづら
いと考えられる。そこで、誰もが経験しうる具体的な場面を用いて、心の発達が年齢段階により異なること、その発達には人との関わり、生活経験、年齢などが関わることを指導する。さらに、心と体は相互に影響すること、不安や悩みについては、誰もが経験することであり、適切に対処することができることについて指導する。その際には、指導方法についても、例えば、具体的かつ実感的に学習が進められるようにブレインストーミングを効果的に使い意見をできるだけ出し合ったり、事例などを用いた活動を通して意見を発表したりするなど、工夫をすることが大切である。

4. 単元計画

時間	第1時(本時)	第2時	第3時
主な学習内容・学習活動	心の発達 ○心は、家族、同性や異性の友達、地域の人々など人とのふれあい、あるいは自然とのふれあいなどいろいろな生活経験や学習を通して、年齢に伴って発達すること。	心と体の相互の影響 ○不安や緊張時には、 ^{どうき} 動悸が激しくなったり腹痛を起したり、体調が悪いときには、集中できなかつたり落ち込んだ気持ちになつたりすること。 ○心と体は互いに影響し合っていること。	不安や悩みへの対処 ○不安や悩みがあることは、誰もが経験すること。 ○不安や悩みへの対処には、相談する、遊ぶ、運動するなどいろいろな方法があること。 ○自分に合った方法で対処できること。
	1. 幾つかの場面において、幼い頃と現在の5年生について考える。 2. 年齢による感じ方の違いについて教科書や自分の経験を参考にグループで話し合う。 3. 異年齢同士で比較し、気が付いたことを発表する。 4. 心が発達する要因について考え学習のまとめをする。	1. 不安や悩みが体に与える影響について考え、グループで話し合う。 2. 体調が心に与える影響について話し合う。 3. 心と体は互いに影響し合っていることを確かめる。 4. 学習のまとめをする。	1. 様々な不安や悩みについてブレインストーミングにより多くの意見を出し合う。 2. 様々な不安や悩みへの対処の仕方について考え、発表し話し合う。 3. 事例などを用いてどのような対処の仕方があるか考え、発表し話し合う。 4. 不安や悩みへの自分に合った対処の仕方について考え学習のまとめをする。

5. 展開例 (1/3時間)

(1) 心の発達

(2) 本時の目標

- ・心の発達について、教科書や資料などを見たり、自分の生活を振り返ったりする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。(関心・意欲・態度)
- ・心は、いろいろな生活経験や学習を通して、年齢に伴って発達することを言ったり、書いたりできるようにする。

(3) 展開 : ねらい : 学習内容 : 発問・指示など

時間	主な学習内容	○指導上の留意点 ◆評価
導入 10分	1. 本時の学習課題を確認する。 心は、どのように発達していくのだろう。	○本時の学習課題の大切さについて説明する。
	2. 場面において、幼い頃(3~5才)と現在(5年生)についての行動や様子、気持ちなどを考え、ワークシートに記入する。 ワークシートの場面について幼い頃と現在の5年生の行動や様子、気持ちなどを書いてください。 (場面) 森林の中、地域の人や家族、友達などでキャンプし、夜に星空を見る場面	○それぞれの年齢段階における行動や様子、気持ちなどをワークシートの1に記入させる。 ○幼い頃=3~5才とする。 <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> まず、イラストや写真を見せて場面の共通理解を図ります。幼児の行動等考える際には、幼い頃を振り返る、家族や近所の幼児を思い浮かべるなどさせます。 </div>  ◆【関心・意欲・態度】 心の発達について、教科書や資料を見たり、自分の生活を振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。(観察)
展開 25分	3. グループになり、自分の考えた幼い頃と現在(5年生)の頃をお互いに発表したり、他の友達の意見を聞いたりして、場面における様子について話し合う。 グループになって、幼い頃と現在の5年生の様子を話し合ってみましょう。	○幼い頃と現在の5年生の頃の行動や考えなどをグループ内で比較するよう助言する。 ○教科書や友達の話なども参考にして、気が付いたことをワークシートに記入させる。
	4. グループで話し合ったそれぞれの様子について発表する。 幼い頃と現在の5年生の行動や様子、気持ちについてグループでどんなことが出ましたか。発表してください。	○ワークシートを基に、気が付いたことを自由に意見交換できる雰囲気づくりをする。 <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 人との関わり、生活経験、学習などに関わって、様々の具体的な意見を発表させます。 </div> 

	<p>〈予想される反応〉 幼い頃について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・夜は怖い ・星も見ないではしゃいだり騒いだりしてしまう。 ・つまらなくて寝てしまう。 ・星に興味を示さない。 <p>現在（5年生）について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・星座・星名など星について興味をもつ。 ・星の美しさに感動する。 ・静かにじっと観察する。 ・友達や地域の人と話しながら見る。 <p>心は、年齢に伴って発達すること</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○心が発達することにより、自分の感情をコントロールしたり相手の気持ちを考えたりするようになることについても触れる。 ○自分の気持ちを上手に伝えるなど、より良いコミュニケーションが大切であることにも触れる。
	<p>5. グループで、何がこのように変えたのかを考え、ワークシートに記入する。</p> <p>心は、人との関わり、自然とのふれあいなどの様々な経験、学習などにより発達すること</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○グループで話し合ったことをワークシート2に記入させる。
<p>まとめ 5分</p>	<p>6. グループで話し合ったことを発表し、本時のまとめをする。</p> <p>何がこのように心を発達させたと思いますか。発表してください。</p> <p>〈予想される反応〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・遊び、運動 ・自然とのふれあい～生活経験 ・家族 ・友達（男の子や女の子との関わり） ・地域の人々～人との関わり方 ・年齢に伴って <p>心は、様々な生活経験や学習を通り、年齢に伴って発達することをまとめる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○発表させ、本時をまとめる。 ○家族、同性や異性の友達、地域の人々などの関わりについても考えさせる。 <p>◆【知識・理解】 心の発達について理解したことを言ったり、書いたりしている。 (ワークシート)</p> <p>本時の内容を理解した児童が、心の発達のために生活経験や学習を積み重ねていくことを肯定的に捉えられるようにメッセージを送る。</p> 

5. 第5学年「けがの防止」(けがの手当)

1. 単元名 「けがの防止」

2. 単元の目標

- ・けがの防止やけがの手当について、資料を調べたり、進んで課題解決に取り組んだりすることができるようにする。(関心・意欲・態度)
- ・けがの防止やけがの手当について、課題を見付けたり、解決の方法を考えたり、判断したりすることができるようにする。(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ことが必要であること。また、けがの簡単な手当は速やかに行う必要があることについて理解できるようにする。(知識・理解)

3. 単元について

本単元の内容は、「学校生活の事故によるけがの防止」、「交通事故や水の事故の防止」、「犯罪被害の防止」などの「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」及び「けがの手当」で構成されている。

それぞれのけがの防止については、けがの発生要因や防止の方法について理解できるようにする。また、本時で学習する「けがの手当」は、けがの種類や程度の状況をできるだけ速やかに把握して処置することや近くの大人に知らせることが必要であることを理解できるようにする。その際、「すり傷」、「鼻出血」、「やけど」を取り上げ、実習を通して簡単なけがの手当ができるようにすることが大切である。

こうした内容について、地域の公園や道路といった児童にとって身近な場所を取り上げたり、学校でのけがの発生場所や内容について保健室にある実際の資料を用いたりすることで、より実践的に理解できるような工夫を行っていく必要がある。

4. 単元計画

時間	第1時	第2時	第3時	第4時	第5時(本時)
主な学習内容・学習活動	けがの発生	身の回りの生活が原因となって起こるけがの防止	交通事故によるけがの防止	犯罪被害の防止	けがの手当
	○けがや事故は人の行動と環境が原因で起こること、また、人の行動には心の状態や体の調子が影響すること	○学校や地域での事故やけがの防止には周囲の危険に気付いて的確な判断の下に行動すること、環境を安全に整えることが必要であること	○交通事故によるけがの防止には、周囲の危険に気付いて、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ことが必要であること	○犯罪被害の防止には周囲の危険に気付いて的確な判断の下に行動すること、環境を安全に整えることが必要であること	○けがの状況をできるだけ速やかに把握して処置することと近くの大人に知らせることが大切であること
	1. 身の回りで起こる事故やけがについて話し合う。 2. 事故やけがは人の行動と環境が原因で起こることを知る。 3. 事例について、その原因を考える。	1. 学校や地域の隠れた危険と解決方法について資料を基に考える。 2. 事故を防止するための環境について話し合う。 3. 事故の起こりそうな場所の原因や解決方法を考える。	1. 交通事故について資料を基に、隠れた危険を探す。 2. 交通事故を防ぐための工夫について事例を元にその理由や役割について考える。 3. 身近な地域の交通安全のための工夫を探す。	1. 犯罪が起こりやすい条件について資料を基に話し合う。 2. 犯罪にあわないための行動について知る。 3. 犯罪が起こりやすい場所についてその原因を考える。	1. けが人が出たら何をしたらよいか、話し合う。 2. 自分でできる簡単な手当について、その正しい方法を知る。 3. 簡単な手当の仕方を実習する。 4. けがの手当についてまとめる。

5. 展開例 (5 / 5 時間)

(1) けがの手当

(2) 本時の目標

・けがの手当について、課題の解決に向けて進んで取り組むことができるようにする。

(関心・意欲・態度)

・けがの簡単な手当は速やかに正しく行う必要があることを理解できるようにする。

(知識・理解)

(3) 展開 : ねらい : 学習内容 : 発問・指示など

時間	学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 5分	<p>1. けがの手当の必要性について考え、本時の学習課題をつかむ。</p> <p>・日常生活で起こる適切なけがの手当の仕方について「○×クイズ」に答える。</p> <p>①つき指した指を引っ張った。</p> <p>②すり傷をそのままにした。</p> <p>・クイズの結果から、けがの正しい対処を知る必要性について話し合う。</p> <p>けがの簡単な手当は、速やかに行う必要がある</p>	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid #0070C0; border-radius: 10px; padding: 5px; width: 250px;"> <p style="color: #0070C0; font-weight: bold;">導入を工夫し、けがの手当について関心を持たせるとともに、児童がふだん行っているけがの手当が正しいかどうか確認させます。</p> </div> </div> <p>○つき指やすり傷の特徴や手当について、クイズを通じて考えさせる。</p> <p>○誤った対処が、けがを悪化させたり、治りを遅くしたりしてしまうことを伝え、正しい手当を速やかに行う必要性をとらえさせる。</p> <p>○学習課題を提示し、本時のねらいを押さえる。</p>
展開 30分	<div style="border: 2px solid #0070C0; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> <p>けがの正しい対処の仕方を知り、速やかに行えるようにしよう</p> </div> <p>2. 事故が起きたときの対処について理解する。</p> <p>・けが人が出たときの行動について話し合う。</p> <div style="border: 1px dashed #0070C0; border-radius: 10px; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p style="color: #0070C0;">けが人が出たとき、何をしますか。</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・すぐに先生に知らせる。 ・保健室に連れて行く。 ・そばで励ます。 ・手当のやり方を教える。 <div style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>けがの悪化を防ぐ対処として、けがの種類や程度の状況をできるだけ速やかに把握して処置すること、近くの大人に知らせることが大切であること</p> </div> <p>3. けがの簡単な手当の方法について、実習を通じて理解する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鼻出血の正しい手当 (圧迫して出血を止める)を知る。 ・けがの正しい手当のポイントを知る。 「すり傷」・・・「傷口を清潔にする」 「やけど」・・・「患部を冷やす」 ・「速やかに正しい手当を行う」ことを課題に、グループごとにけがの手当を実習する。 	<p>○大きなけがの場合は、周りの状況を確認、近くの大人に知らせる必要があることを確認する。</p> <p>○けが人に対する献身的態度が、けが人の不安を取り除くことにつながることに触れるようにする。</p> <p>○鼻出血に対する正しい対処の仕方（以下）について、一斉指導で確かめる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>① 鼻をつまんでじっと安静にする。</p> <p>② あごを引いて下を向く。</p> <p>③ 冷たいタオルで鼻を冷やす。</p> </div> <p>○すり傷は学校におけるけがの上位であること、やけどは学校や家庭でこれから増えていくけがであることを押さえ、動機付けを強める。</p>

	<p>①すり傷 ②やけど</p>  <p>☆進め方☆</p> <ul style="list-style-type: none"> ①かんとく役が知らせ役のもつカードから1枚引く。 ②かんとく役が設定を伝え、傷シールをけが人役にはる ③発見役が知らせ役に指示「〇〇さん、先生に伝えて」 ④知らせ役は、かんとく役に報告 ⑤けが人役・発見役が手当をする ⑥かんとく役・知らせ役はチェック! 	 <p>実習は、本時の内容の理解を深めるために行います。実習中の児童のつぶやきや行動などを参考にするとよりよい指導と評価ができます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○4人グループを作り、①けが人役、②発見役、③知らせ役、④監督役を分担して行うやり方を実演して確認する。 ○けがごとの場所を割り当てる。また、グループの一つ目の取り組む場所は指定し、その後は空いてる場所で行わせる。 ○各場所に手当の方法を載せた資料を配付し、実習の助けとする。 ◆【関心・意欲・態度】 けがの手当について、課題の解決に向けての実習に進んで取り組もうとしている。 (発言や行動の観察) ○すり傷、やけどについて、けがの部位によって手当の行い方を工夫させる。
<p>ま と め 10 分</p>	<p>4. 本時の学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに取り組み、実習を通して手当を速やかに行うためのポイントを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>自分でできる簡単なけがの手当</p> <ul style="list-style-type: none"> ・傷口を清潔にする。 ・圧迫して出血を止める。 ・患部を冷やす。 </div> <ul style="list-style-type: none"> ・他のけがの手当の仕方について、今日の学習を基にして当てはめて考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ワークシートへの記入によって知識・理解の定着を確かめ、必要に応じて指導する。 ◆【知識・理解】 けがの手当の正しい行い方について理解したことを適切に書き出している。 (発言やマークシートの記述) ○導入で扱ったけがの正しい対処を確認する。  <p>本時で学習した簡単なけがの手当のポイントを活用し、切り傷、打撲等に当てはめて考えられるかどうか確認します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○けがの手当の決まりは、他のけがにも当てはまることを確認する。

(4) 資料等

① 導入場面でのプレゼンテーションソフトによる○×クイズ (例)

第2問

校庭で転んで、
ひざをすりむいた。
大したことないので、
そのままにした。
○か×か。



×

すり傷

・かさぶたの下に小石や砂が残って、うんでしまいました。



② 手当のポイント

すり傷	やけど
 ◇正しい手当◇ ・砂や小石が付いているので、 (流水)で、きれいに洗います。 ・清けつなばんそうこうなどで止めます。	 ◇正しい手当◇ ・痛みがなくなるまで、すぐに (流水)で冷やす。 ・服がとけてくっついた場合は、 ぬがずにそのまま冷やす。 

③ 実習場面での配付物

<p style="text-align: center; background-color: #0070C0; color: white; margin: 0;">①すり傷A</p> <p>体育のハードル走で転んで、手のひらをすりむいてしまった。傷は砂まみれです。</p>  <p style="text-align: center;">◇できたかな◇</p> <ul style="list-style-type: none"> ・砂が付いているので、まず()で、きれいに洗い流します。 ・清けつなばんそうこうなどで止めます。 	<p style="text-align: center; background-color: #0070C0; color: white; margin: 0;">②すり傷B</p> <p>自転車で走行中に、歩行者をよけようとしたら、ブロックべいに、右ひじをすりむいてしまった。</p>  <p style="text-align: center;">◇できたかな◇</p> <ul style="list-style-type: none"> ・まず()で、きれいに洗い流します。 ・消毒液で傷口を消毒します。 ・清けつなばんそうこうなどで止めます。
<p style="text-align: center; background-color: #0070C0; color: white; margin: 0;">③すり傷A</p> <p>家で夕食づくりのお手伝い中、スूपを左手にこぼして、やけどしてしまった。</p> <p style="text-align: center;">◇できたかな◇</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すぐに、痛みの感覚がなくなるまで、()で冷やす。 	<p style="text-align: center; background-color: #0070C0; color: white; margin: 0;">④やけどB</p> <p>理科の実験中に、冷めていないビーカーを持ってしまい、右手の指をやけどしてしまった。</p> <p style="text-align: center;">◇できたかな◇</p> <ul style="list-style-type: none"> ・とにかくすぐに、痛みの感覚がなくなるまで、()で冷やす。 

④ まとめの場面でのワークシート

けがの防止ワークシート 5年()組 名前()

1 次のけがの手当て正しい方法はどれですか。点と点を結び、()には合う言葉をいれましょう。

やけど	鼻出血	すり傷
●	●	●
●	●	●
洗ったり、消毒したりして、傷口を()	痛みやはれのある場所を()	出血している場所を()
●	●	●
●	●	●
切り傷	つき指	だぼく

6. 特別活動及び総合的な学習の時間との関連

(1) 特別活動との関連

特別活動においては、安全指導の中で「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、事前に備えるなどの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)内容が示されている。定期的に行われている交通安全教室や防犯(セーフティ)教室での取組と区別する必要がある。また、保健委員会の児童がまとめた「けがの発生場所と内容」を資料として活用したり、保健委員会の児童に日頃の保健室の様子などを発表させたりするといった工夫も考えられる。

(2) 総合的な学習の時間との関連

総合的な学習の時間では、本単元の学習を発展させて、地域でフィールドワークを行い「地域安全マップ」を作成する活動等が考えられる。保健学習で身に付けた知識を地域の様々な場所に当てはめ、隠れた危険を見付ける活動は、学習内容をより確実に身に付けることにつながる。また、安全に関わる人にインタビューしたことを新聞にまとめ、地域に配布するなどの活動も効果的である。

6. 第6学年「病気の予防」(生活行動がかかわって起こる病気の予防)

1. 単元名 「病気の予防」

2. 単元の目標

- ・病気の予防について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組むことができるようにする。
(関心・意欲・態度)
- ・病気の予防について、課題の解決を目指して知識を活用した学習活動により、実践的に考え、判断し、それらを表すことができるようにする。
(思考・判断)
- ・病気の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解することができるようにする。(知識・理解)

3. 単元について

ここでは、病原体がもとになって起こる病気や生活行動が関わって起こる病気を取り上げ、病気の起こり方の四つの要因とその予防を理解させ、生涯にわたって健康を維持するための基礎となる知識を身に付けさせたい。また、飲酒・喫煙・薬物乱用が及ぼす健康への影響、特に急性の影響を理解させ、喫煙・飲酒・薬物乱用防止へつながる資質や能力の基礎を培いたい。さらに、個人の健康と地域社会のつながりに関わって、地域の様々な保健活動の取組について理解させ、小学校の保健学習のまとめとして、中学校の保健学習への橋渡しとなるような指導を行いたい。

4. 単元計画

時間	第1時	第2時	第3時 (本時)	第4時
主な学習内容・学習活動	病気の起こり方	病原体がもとになって起こる病気の予防	生活行動がかかわって起こる病気の予防①	生活行動がかかわって起こる病気の予防②
	○病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境がかかわり合って起こること	○病原体が主な要因となって起こる病気には、インフルエンザや結核、麻しん、風しんなどがあること ○その予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高める必要があること	○生活行動が主な要因となって起こる病気には、心臓や脳の血管が硬くなったりつまったりする病気があること ○その予防には、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること	○生活行動が主な要因となって起こる病気には、むし菌や歯ぐきの病気があること ○その予防には、望ましい生活習慣を身に付ける必要があること
	1. 今までに自分や家族がかかった病気を調べて発表する。 2. 病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などが関わり合って起こることを知る。	1. 病原体がもとになって起こる病気には、インフルエンザや結核、麻しん、風しんなどがあることを知る。 2. その予防には、病原体の発生源をなくすこと、病原体が体内に入るのを防ぐこと、体の抵抗力を高めておくことが必要であることを知る。	1. 生活行動が関わって起こる病気には、心臓や脳の血管が硬くなったりつまったりする病気があることを知る。 2. その予防には、健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを知る。	1. 自分の生活の経験から、むし菌や歯ぐきの病気が起きる原因について考える。 2. その予防の仕方を知り、学習したことを基に、自分の生活に当てはめてみる。
時間	第5時	第6時	第7時	第8時 (本時)
主な学習内容・学習活動	飲酒と健康	喫煙と健康	薬物乱用と健康	地域の様々な保健活動の取組
	○飲酒は、健康を損なう原因となること	○喫煙は、健康を損なう原因となること	○薬物乱用は、健康を損なう原因となること	○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
	1. 飲酒による健康への影響について調べる。 2. 低年齢からの飲酒は、害が特に大きいこと、法律で禁止されていることを知る。 3. 好奇心や周りの人からの誘いなどがきっかけで飲酒を開始する場合があることを知る。	1. 喫煙による健康への影響について調べる。 2. 受動喫煙により周囲の人々の健康にも影響を及ぼすこと、低年齢からの喫煙は害が特に大きいこと、法律で禁止されていることを知る。 3. 好奇心や周りの人からの誘いなどがきっかけで喫煙を開始する場合があることを知る。	1. 薬物乱用による健康への影響について考える。 2. 1回の乱用でも死に至ること、乱用を続けると止められなくなることを、その結果、心身の健康に深刻な影響を及ぼすことを知る。 3. 薬物の乱用は、法律で厳しく規制されていることを知る。	1. 地域には、人々の病気を予防するために保健所や保健センターがあることを知る。 2. そこでは、健康な生活習慣に関わる情報提供や予防接種などの活動が行われていることを知る。 3. 病気を予防するために、地域で行われている様々な保健活動の例について調べる。

5. 展開例 (3/8時間)

(1) 生活行動がかかわって起こる病気の予防①

(2) 本時の目標

- ・生活行動が関わって起こる病気の予防について、資料や実験を基に、その方法を選ぶことができるようにする。(思考・判断)
- ・生活行動が関わって起こる病気には、心臓や脳の血管が硬くなったりつまったりする病気があり、その予防には、偏った食事や間食を避けたりするなど、健康に良い生活習慣を身に付ける必要があることを言ったり、書き出したりすることができるようにする。(知識・理解)

(3) 展開 : ねらい : 学習内容 : 発問・指示など

時間	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 5分	<p>1. 病原体がもとになって起こる病気以外で、知っている病気を発表する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・第1時で調べた病気のうち、病原体が原因ではない病気には、何があるでしょうか。</p> </div> <p>〈予想される反応〉 がん、むし歯、歯周病、糖尿病、心臓の病気等</p>	<p>○第1時で調べた病気の内容を基にして考えさせる。</p> <p>○これらの病気は、生活行動が関わって起こる病気であり、生活習慣病と呼ばれていることを知らせる。</p> <div style="border: 1px solid #0070C0; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・毎年、多くの日本人が生活習慣病により死亡していることに触れ、その予防方法を学ぶ意欲を高めましょう。</p> </div> 
展開 10分	<p>2. 学習のねらいを知る</p> <div style="border: 1px solid #0070C0; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・健康によくない生活の仕方が体へどのような影響を与えるのだろうか、また、そのような影響を防ぐためには、どのような生活を送ればいいのか。</p> </div> <p>3. A子さんの1日の生活の様子の中から、健康にとって良い点と問題点を、班で話し合ってみつけ、発表する。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・これは、A子さんのある1日の生活の様子です。生活の仕方の中で、健康にとって、良いと思うところと問題になると思うところを見つけてみましょう。</p> </div> <p>〈予想される反応〉 ☆健康にとって良いと思うところ 早く寝ている、早く起きている、運動をしている、休み時間に外で遊んでいる等 ★健康にとって問題になると思うところ 朝ご飯がドーナツだけ、歯みがきをしていない、寝る前におやつを食べている等</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・A子さんの食事や間食の仕方は、健康にとって問題がありそうですね。</p> </div>	<div style="text-align: right;">  </div> <p>○生活習慣の中でも、食事・運動・休養(睡眠)に注目させる。</p> <p>○はじめに個人で考えさせた後に、班全体で話し合いをさせる。</p> <div style="border: 1px solid #0070C0; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>・3年生では、1日の生活リズムに合わせた生活の仕方が必要であること、4年生では、体をより良く発育・発達させる生活の仕方が必要であることについて学んでいますね。</p> </div>  <p>○A子さんの生活の中で、健康にとって問題になるところを、特に、食事や間食へ焦点化していく。</p>

5分

4. A子さんのような食事や間食のとり方が、体の健康に及ぼす影響を知る。

・ A子さんのような食生活を続けると、体の中ではどのようなことが起こるでしょうか。ここにA子さんのような食生活を続けた人の血管の模型Aと、健康な人の血管の模型Bを比べてみましょう。

〈予想される反応〉

- ・ A→中に何かが付いている、水の流れが悪い、すきまが小さい等
- ・ B→流れがよい等

・生活行動が関わって起こる病気には、心臓や脳の血管が硬くなったりつまったりする病気があること

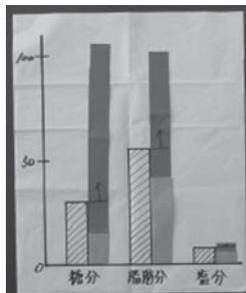
5分

5. A子さんの食事や間食がどのくらい偏っているかを具体的に知る。

・ A子さんの食事や間食の内容について、間食を例に見てみます。

・ 糖分、脂肪分、塩分、それぞれの1日に必要な量とグラフで比べましょう。

・ A子さんは、いずれもとり過ぎて、偏っていることがわかります。



・糖分、脂肪分、塩分をとり過ぎた偏った食事や間食は、健康によくないこと

10分

6. 自分の生活と比べながら、A子さんの生活の改善方法をワークシートに記入し、発表する。

・自分の生活の仕方と比べながら、A子さんの生活の仕方と改善した方がよいところを赤で直してみましょう。

まとめ10分

7. 本時でわかったことをノートにまとめ、次時の予告を聞く。

・生活行動が関わって起こる病気の予防には、健康に良い生活習慣を身に付ける必要があること

〈実験手順〉

- ①A（脂肪がたまった血管）とB（健康な血管）の2種類の血管の模型を用意する。
- ②血液に見立てた色の付いた水を流すことを児童に伝え、二つの模型で水の流れ方に違いがあるかを予想する。
- ③水を流して、その流れ方の違いに注目する。

・特に、健康にとって重要な器官である心臓と脳を取り上げ、心臓や脳へ血液を送る血管の異常は、重大な健康課題を引き起こすことを伝えましょう。



- 必要に応じて、教科書や掲示資料等を使用する。

- A子さんが食べた「おやつに含まれている糖分、脂肪分、塩分の量」と、1日に必要なそれぞれの量を比較したグラフを提示し、糖分、脂肪分、塩分をとり過ぎていることに視覚的に気付かせる。

- A子さんが余分にとった砂糖・油・塩の量を実際に提示する。

・グラフの作成や量の提示は、養護教諭、栄養教諭、学校栄養職員等、専門性を有する教職員に協力してもらいたいですね。



- 改善した方がよいと思った理由と自分の生活の仕方と比べた結果も発表させる。

◆【思考・判断】

生活行動が関わって起こる病気の予防について、資料や実験を基に、その方法を選んでいく。

(ワークシートの記述)

◆【知識・理解】

生活行動が関わって起こる病気の予防には、健康に良い生活習慣を身に付ける必要があることを書き出している。(ノートの記述)

- 次時は、むし歯や歯ぐきの病気とその予防について学習することを伝える。

(4) 資料等

◆ワークシート(例)

☆A子さんの1日の生活の様子を見て、食生活について考えましょう☆

朝食
ドーナツ 二つ

給食
やきおにぎり 1個
かぼちゃのほうとう 半分
ごもくあつやきたまご 一口
いもがらのいためにみかん 一口
牛乳 1本

夕食
からあげ 四つ
生野菜サラダ 食べない
ごはん 一口
きんぴらごぼう 一口
みそ汁 一ぱい

夜のおやつ
ポテトチップス(小) 1袋

おやつ
板チョコレート 半分
カップ麺(小) 1杯
コーラ 500ml ペットボトル1本

休み時間は、友だちと外で長なわとびをして遊びました。

6. 特別活動及び総合的な学習の時間との関連

(1) 特別活動との関連

本時は、学級活動の中の「[共通事項](2) 日常生活や学習への適応及び健康安全」の「心身ともに健康で安全な生活態度の形成」だけでなく、「食育の観点から踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成」とも関連を図ることができる。例えば、「1日に必要なカロリー」や「栄養のバランスのとれた食事のとり方」等を取り上げ、食生活全体を見直すことにつなげていくことが考えられる。また、自分の健康だけではなく、家族の健康も考えて、「健康な生活を送るために家の人にアドバイスをしよう」という活動にも発展させることが可能である。

(2) 総合的な学習の時間との関連

近年、「生活習慣病」という言葉は、私たちの日常生活の中でもよく見聞きするものとなっており、児童にとっても関心の高い学習内容だと思われる。したがって、本時の学習を契機として、自分の生活習慣を継続して見直していくことが重要だという認識へとつながるものと考えられる。例えば、横断的・総合的な課題として「健康」に焦点を当て、「私の健康プロモーション」を学習対象とし、保健学習等で学んだ知識を活用しながら「生活診断カルテを作ろう」「健康増進計画を作ろう」等の学習活動により、単元を構成することができる。また、こうした活動を通して、課題解決を目指して事象を比較したり、関連付けたりして考える能力、自らの行動について意志決定をする能力、自らの生活の仕方を見直し、実践する能力等を身に付けさせたい。

7. 第6学年「病気の予防」（地域の様々な保健活動の取組）

1. 本時の内容について

「病気の予防」の単元では、児童が生涯を通じて健康な生活を送るために、様々な病気について関心を持ち、病気の予防についての課題解決に役立つ知識を習得し、それらを活用することによって実践的に考えたり、判断したりする資質や能力を育てることを目指す。

本単元の内容には、平成20年告示の学習指導要領改訂に当たって、「オ 地域の様々な保健活動の取組」が加わり、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することとなった。同様の内容は中学校や高等学校においても学習するが、小学校においても、健康を保持増進するためには個人の取組だけでなく、それを支える環境づくりが重要な役割を果たすというヘルスプロモーションの考えを踏まえて指導していくことが大切になる。

そこで、本時では、人々の病気を予防するために、保健所や保健センターなどで保健に関わる様々な活動を行っていることを理解できるようにしたい。

導入場面では、身近な問題として学校の保健活動について話し合う。展開場面では、保健所の取組についてほとんど知られていないという児童の実態から、保健所の仕事をクイズ形式で回答し、その中から既習内容や自分との関わりについて捉えられるよう、なるべく具体的な写真や資料を用意する。また、まとめの場面では、学習した事柄について振り返るとともに、法律や地域の活動から守られるだけでなく、自らの行動の必要性を捉えさせ、自分や家族の健康課題に対する行動に結び付けて考えさせ、実践的な理解を図るようにしたい。

2. 展開例（8 / 8 時間）

(1) 地域の様々な保健活動の取組

(2) 本時の目標

- ・地域での保健活動について、自分たちの生活と関係付けて説明することができるようにする。

（思考・判断）

- ・地域では、保健に関わる様々な活動が行われていることを理解できるようにする。

（知識・理解）

(3) 展開 : ねらい : 学習内容 : 発問・指示など

時間	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 5 分	<p>1. 学校で行われている保健活動について知り、本時のねらいを確認する。</p> <p>・学校で、病気を予防したり、健康のために行ったりしていることについて話し合う。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>学校の保健室では病気を予防し、健康を守るために、どんなことをしていますか。</p> </div> <p>・健康診断の実施 ・「保健だより」の発行 ・水質検査 ・保健集会 など</p> <p>学校では病気を予防し、健康を守るために様々な取組が行われている。</p>	<p>○保健室や保健委員会の児童が行っている活動から、具体的な取組を挙げさせる。</p> <p>○実際の写真などを見せ、身の回りで行われていることを実感させる。</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  <p style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; display: inline-block;">学校で行われている保健活動から入ると、地域の保健活動がイメージしやすくなります。</p> </div> <p>○本時の学習課題を提示し、本時のねらいを押さえる。</p>

病気の予防のために地域で行われている様々な保健活動について考えよう。

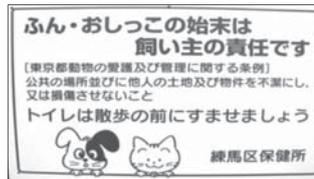
2. 地域の保健活動の取組について知る。
- ・知っている地域の保健活動について出し合う。

学校のように、地域でも健康を守るために活動を行っているのでしょうか。

- ・病院がある。 ・薬局がある。
- ・公園で看板を見たことがある など



店の営業許可証



ペットのふんの始末

- ・保健所（保健センター）の写真を見る。

この建物は何でしょう。また、どんなことをしている所だと思いますか。

- ・保健所の仕事クイズを行う。

地域にも、保健に関わる様々な活動が行っている保健所（保健センター）などがある。

3. 地域の保健所の取組について資料を使って調べ、分かったことを発表する。
- ・「病気の予防」の学習内容と関わりが深い取組をグループで話し合い、発表する。

保健所の取組の中から「病気の予防」で学習したことと関係の深い取組を探してみましょう。

【生活の仕方が関わって起こる病気の予防】

- ・乳幼児の歯科検診 ・がん検診
- ・生活習慣病の検診
- ・メタボ対策の講習会の実施
- ・健康手帳の発行
- ・食事バランスガイドの配布
- ・禁煙支援事業 など

【病原体がもとになって起こる病気の予防】

- ・感染症の予防接種の実施
- ・飲食店の衛生指導・検査 など

地域では、健康な生活習慣にかかわる情報提供や予防接種などの活動が行われている。

- 病院や薬局など、地域の写真を用いる。
- 地域の取組に気付いていない児童の実態から飲食店の営業許可証や公園のペットのふんの始末などを見せ、身近な取組を紹介する。なお、事前に保健所について調べることを課題として与えると、保健所に関する様々な発見を主体的にすることができる。



- 学校の地区の保健所の写真を用いる。

- 保健所の仕事と思う物に丸を付けさせる。
- 保健所の仕事が多岐にわたっていることを押さえる。

- グループ（4～5人）に対して2～3冊資料を配付する。
- それぞれの取組の具体的な写真や冊子・チラシなどを見せて確認する。



ここでのポイントは地域の保健活動を調べる資料です。地域の広報誌などを加工して必要な情報を絞ると児童は意欲的に活動できます。

- 他学年で学習した内容（「心の健康」や「育ちゆく体とわたし」など）が出た場合も関連付けて押さえる。



展
開
30
分

4. 様々な活動の中で、病気の予防のために
行っている保健所の取組を選び、
ワークシートに書き出す。

いろいろな活動の中で病気の予防に関わる
取組をワークシートに書き出してみま
しょう。



予防接種のお知らせ



生活習慣に
関する情報

○地域の様々な取組のうち、病気の予防に
関わる取組について書き出させる。

◆【知識・理解】

地域では、健康な生活習慣にかかわる情報
提供や予防接種などの活動が行われている
ことを具体的に書き出している。

(ワークシートの記述)

○次の活動につなげるために、自分や家族
の生活にとって特に関わりの深い取組は
病気の予防に役立っているか考えさせたい。

5. 学習をまとめる。

・本時の学習について振り返り、一人一人の
行動の大切さについて話し合う。

私たちは地域の活動によって健康を守ら
れているけれど、それだけでよいのかな。

・学習のまとめとして、自分や家族の健
康のために取り組んでいきたいことや
家族に教えたいことについて書く。

自分や家族が健康でいられるために、行
動していきたいことや家族に教えたいこ
とを書きましょう。

○学校だけでなく地域でも人々の健康を守
るために活動していることを押さえる。

○学校や地域の取組だけでなく、一人一人
の主体的な行動が必要であることを確認
する。

○書き方の例を挙げて、なるべく具体的に
書くように指導する。

○書けない児童には個別に聞き取り、考え
を引き出したり、助言したりする。

◆【思考・判断】

学習内容を自分や家族の健康課題と結び
付けて説明している。

(発言・ワークシートの記述)



・努力を要する状況が見受
けられるときには、これ
から行われる予防接種や、
運動や食事などの生活に
関する情報など、これか
らの生活に役立つことが
あることを具体的に例示
します。そして、本時で
学んだことが役立つ内容
であったことを実感させ
ましょう。

ま
と
め
10
分