

第6学年2組 体育科（保健）学習指導案

平成30年2月2日（金）第5校時 教室

男子 18名 女子 19名

指導者 教諭 山本 秀

1 単元名 「病気の予防」 エ 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康

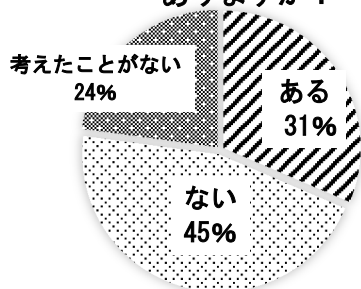
2 単元について

本単元では、喫煙、飲酒、薬物乱用が健康に与える影響について理解できるようにすることはもちろんのこと、喫煙においては周囲の人々の健康にも影響を及ぼすことや、未成年の喫煙や飲酒は法律によって禁止されていること、薬物の乱用は法律で厳しく規制されていることを理解し、好奇心で手を出したり、周りの人からの誘いにのったりせず、自分で適切に判断できるようにすることをねらいとしている。

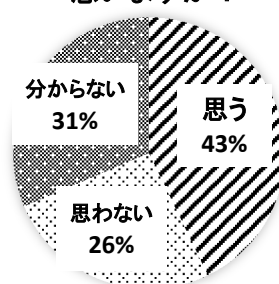
3 児童の実態

本学級の児童は、男女問わず仲が良く、友だちに対して優しい児童が多い。休み時間にはお互いに誘い合って遊んだり、サッカー大会優勝などの目標に向かって協力して物事を成し遂げたりと、明るい雰囲気のある学級である。しかし、本校で取り組んでいる「げんきチャレンジ」や修学旅行前の健康カードなどで、睡眠時間や朝食の摂取を見てみると個人差があり、寝不足や空腹によって授業に集中できない児童も少なくないようである。また、自分で物事を決められず、友達に流されたり、教師の指示を待ったりと、意志の弱い児童も多く見られる。アンケートの結果からも、学級の3分の1程度の児童は、飲酒について興味をもっており、害があると思っていながらも誘いを断れずに未成年のうちに飲酒してしまう恐れがある。本単元を通して、自らの健康について関心を持ち、知り合いから喫煙や飲酒に誘われたときに断ることができるようにしたい。

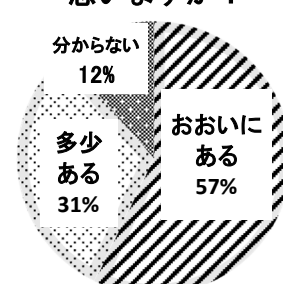
お酒を飲みたいと思ったことはありますか？



20歳になったら飲酒をしたいと思いますか？



飲酒は健康に害があると思いますか？



4 教師の指導観

今日の日本では、未成年の喫煙や飲酒が問題となっているが、様々な努力により年々その経験率は減少している。

しかし、本学級の児童は、両親が共働きで家では一人で過ごす時間が長いなど、様々な家庭環境に置かれているため、健康についての正しい知識を得て、病気を予防することや喫煙や飲酒を誘われた際に

断れる強い意志をもつことが必要である。そこで、本単元を通して、身近な人から健康被害の話聞く機会を設けたり、TVのCM等を利用したりして、児童一人ひとりが自らの健康に関心をもてるようにしたい。また、未成年の喫煙や飲酒は特に害が大きいこと、法律によって禁止されていることを理解させ、自らの好奇心で喫煙や飲酒をすることや周りの人からの誘いによってすることも絶対ないように指導していきたい。

5 研究とのかかわり

研究主題

ヘルス・プロモーション・スクールの実現に向けて
～学校・家庭・地域の人々がかかわり合いながら健康づくりに取り組める学校～

「課題に気付く力」を育てるための指導の工夫

《手立て① 事前アンケートの実施》

- ・児童に、喫煙や飲酒に対する意識調査を行うことで、喫煙や飲酒を身近な問題として捉えることができるようにする。

《手立て② 児童が身近に感じる教材の工夫～広告分析～》

- ・TVで流れている酒のCMを教材として利用することで、飲酒に対する良いイメージをより明確にもてるようにし、実際の害についてより深く学べるようにする。

《手立て③ ゲストティーチャーによる授業の導入》

- ・取り扱う内容に精通しているゲストティーチャーの話聞くことで、正しく、より詳しい知識を身に付け、自分の課題として受け取り、自らのこととして考えられるようにする。

「見通しをもつ力」を育てるための指導の工夫

《手立て① 理科の学習との関連》

- ・飲酒の慢性影響について、理科の学習で学んだ心臓、肝臓等と関連付けながら説明することにより、すぐに症状が出なくても大きな影響を受けることを理解できるようにする。

《手立て② ケーススタディやロールプレイングを活用したグループ活動》

- ・実際に起こりうるケースを設定し、その際に対処するかを演技することで、自らの知識をもとにして、効果的な断り方を考えられるようにする。

「実践する力」を育てるための指導の工夫

《手立て① 学校で学んだことを家庭でも生かす工夫》

- ・単元を通して、学習したことをワークシートに書きためていき、家庭で保護者と一緒に振り返ることで、家族とともに今後の生活の中でも生かそうとする意欲の向上を図る。

《手立て② 身近な病気の予防方法別のグルーピング》

- ・自分の課題にあった病気の改善策を考えやすいように予防方法別のグループ分けをする。

《手立て③ 学校医、学校薬剤師とのT・Tによる授業》

- ・児童の実態を知っている学校医の話聞き、学校の傾向を把握することで、自らの課題として主体的に考えられるようにする。

6 単元の目標

- (1) 病気の起こり方や予防の方法について関心をもち、進んで課題を見つけ、意欲的に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】
- (2) 病気の起こり方や予防の方法について自分の体験したことや、友達の意見を参考に考えることができるようにする。 【思考・判断】
- (3) 病気の起こり方や予防の方法について実践的に理解し、自分の生活に役立つ知識を身に付けることができるようにする。 【知識・理解】

7 単元の評価規準

観点	ア 健康・安全への関心・意欲・態度	イ 健康・安全についての思考・判断	ウ 健康・安全についての知識・理解
単元の評価規準	・病気の起こり方と予防について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	・病気の予防について、課題の解決を目指して実践的に考え、判断し、それらを表している。	・病気の起こり方とその予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> ① 病気の予防について、教科書や資料などを使って調べたり、自分の生活をふ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。 ② 病気の予防について、自らの課題を解決する方法を考える話合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ① 病気の予防について、教科書や資料から調べたことを基に、課題解決の方法を見付けたり、選んだりするなどして、それらを説明している。 ② 病気の予防について、学習したことを自分の生活と比較して考えたり、関係を見付けたりするなどして、それらを説明している。 	<ol style="list-style-type: none"> ① 病気の起こり方について理解したことを説明したり、書いたりしている。 ② 病原体が元になって起こる病気の予防について理解したことを説明したり、書いたりしている。 ③ 生活行動がかかわって起こる病気の予防について理解したことを説明したり、書いたりしている。 ④ 喫煙・飲酒・薬物乱用と健康について理解したことを説明したり、書いたりしている。 ⑤ 地域、学校の様々な保健活動の取組について理解したことを説明したり、書いたりしている。

8 単元の計画

時	ねらい・学習活動	関・意・態	思・判	知・理	評価方法等
1	<p><病気の起こり方></p> <p>病気はどのようにして起こるのか、自分の生活をふり返りながら調べよう。</p> <p>○病気は、病原体・環境・生活の仕方・体の抵抗力などが関わり合って起こることが分かる。 ○私たちの体には、病原体などから体を守り、病気を防いだり、治したりする力があることを知る。 ①知っている病気の名前を挙げ、原因を考える。 ②風邪を引くときはどんなときか考える。 ③抵抗力について知る。 ④抵抗力を高めるためにできることを考える。 「実践する力」手立て① 家庭でも生かす工夫</p>	②	① ②	①	発言の様子 発言の様子 発言の様子 ワークシート
2	<p><病原体と病気></p> <p>病原体がもとになって起こる病気の予防方法を考えよう。</p> <p>○インフルエンザや食中毒の起こり方について知る。 ○インフルエンザや食中毒を予防するためにはどうすればよいかを考える。 ○病原体がもとになって起こる病気は、病原体の発生源をなくす、病原体のうつる道筋を断ち切る、抵抗力を高めることによって予防できることを理解する。 ①インフルエンザの起こり方を知る。 ②インフルエンザを予防するための方法について考える。 ③食中毒の起こり方を知り、予防方法を考える。 ④身近な環境でできる予防方法を選択し、実践の準備をする。 「実践する力」手立て① 家庭でも生かす工夫 「実践する力」手立て② 予防方法別のグルーピング</p>		① ②	① ②	ワークシート ワークシート ワークシート ワークシート
3	<p><生活のしかたと病気①></p> <p>生活習慣病の予防方法について考え、自分の生活をふり返ろう。</p> <p>○塩分・脂肪分のとりすぎや運動不足、ストレス、喫煙など、健康に良くない生活の積み重ねは、生活習慣病を引き起こすことを理解する。 ○健康に良い生活習慣を身に付けることによって、生活習慣病を予防できることを理解する。 ○自分の生活をふり返り、主体的に生活習慣の改善に取り組むようにする。 ①生活習慣病はどんな病気であるかを、ゲストティーチャーの話から知る。 「課題に気付く力」手立て③ ゲストティーチャー ②心臓病と脳卒中が、どのようにして起こるかを調べる。 ③自分の生活をふり返り、これから改善したいことを考える。 「実践する力」手立て① 家庭でも生かす工夫</p>	①	②	③	ワークシート 活動の様子 ワークシート
4	<p><生活のしかたと病気②></p> <p>むし歯や歯肉の病気の予防方法を知り、実践の準備をしよう。</p> <p>○むし歯や歯周病の起こり方と予防の仕方を理解する。 ○むし歯や歯周病が、生活の仕方とどのように関係しているのかを理解する。 ○むし歯や歯周病の予防について考え、自分自身の生活習慣を改善できるようにする。</p>				

	<p>①むし歯や歯周病の起こり方について知る。 「実践する力」手立て③ 学校医とのT・T ②むし歯や歯周病の予防の方法を考える。 ③自分の生活をふり返り、改善策を考える。 「実践する力」手立て① 家庭でも生かす工夫</p>		① ②	①	発言の様子 発言の様子 ワークシート
5	<p><喫煙の害> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px 0;">喫煙には、どのような害があるか知ろう。</div> ○喫煙は、心身の健康にどんな悪影響を及ぼすかを理解する。 ○発育期からの喫煙は特に害が大きく、そのため、未成年の喫煙が法律で禁止されていることを知る。 ○受動喫煙にはどんな害があるのかを理解する。 ①たばこのイメージについて話し合う。 「課題に気付く力」手立て① 事前アンケート ②喫煙による心身への影響について知る。 ③未成年の喫煙が禁止されていることを知る。 ④受動喫煙の害について知り、自分の生活をふり返り、受動喫煙をしない方法を考える。 「実践する力」手立て① 家庭でも生かす工夫</p>	②	②	④ ④	活動の様子 ワークシート ワークシート ワークシート
⑥ 本 時	<p><飲酒の害> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px 0;">飲酒には、どのような害があるか知ろう。</div> ○飲酒は、心身の健康にどんな悪影響を及ぼすかを理解する。 ○低年齢からの飲酒は特に害が大きく、そのため、未成年者の飲酒が法律で禁止されていることを知る。 ○飲酒を勧められたときに根拠をもって断る方法を考える。 ①酒のイメージについて話し合う。 ②酒のCMの広告分析を行う。 「課題に気付く力」手立て② 広告分析 ③飲酒の心身への影響について、急性影響、慢性影響に分けて調べたことを発表する。 「見通しをもつ力」手立て① 理科の学習 ④周りの人から飲酒を勧められたときの断り方について学習した知識を生かしてケーススタディを行う。 「見通しをもつ力」手立て② ケーススタディ ⑤自分の生活をふり返り、成人になるまで飲酒しないようにするにはどうすればよいかを考える。 「実践する力」手立て① 家庭でも生かす工夫</p>	① ①		④	活動の様子 活動の様子 ワークシート 活動の様子 ワークシート
7	<p><薬物乱用の害> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 5px 0;">なぜ、薬物乱用は絶対にいけないのかを知ろう。</div> ○薬物の乱用が心身に及ぼす害と、社会に与える悪影響を理解する。 ○薬物には強い依存性があること、薬物の乱用は法律で厳しく禁止されていることを理解する。 ○薬物に対する誤った知識を指摘したり、反論したりすることができる。 ①薬物乱用の害について調べる。 ②薬物の強い依存性、法律で厳しく禁止されていることを知る。 ③自分の生活をふり返り、身近な人から誘われたときに根拠をもって断れるような方法を知る。 「実践する力」手立て① 家庭でも生かす工夫</p>		①	④ ④	ワークシート ワークシート 活動の様子

8	<地域のさまざまな保健活動>				
	<p>地域の人々の健康を守るために、どのような活動が行われているのかを知ろう。</p> <p>○人々の健康を守るために、さまざまな施設や活動があることを理解する。</p> <p>○地域の保健活動と自分の心身の健康増進を関連付けて考えられるようになる。</p> <p>①地域にある健康を守るための施設や活動について知る。</p> <p>②地域の保健活動を行っているゲストティーチャーから活動についての話を聞く。</p> <p>「課題に気付く力」手立て③ ゲストティーチャー</p> <p>③学校でも行える保健活動を考え、実践の準備をする。</p> <p>④今まで学んだことを生かし、これまでの自分の生活をふり返り、改善できることを考える。</p> <p>「実践する力」手立て① 家庭でも生かす工夫</p>			⑤	ワークシート
				⑤	活動の様子
			②		ワークシート
			①		ワークシート

9 本時の学習と指導（6／8時）

(1) ねらい

- 飲酒が心身の健康にどんな悪影響を及ぼすかを、理解することができる。 【知識・理解】
- 飲酒の害を知り、勧められたときの断る理由を考えることができる。 【思考・判断】

(2) 資料および準備するもの

- ・ワークシート ・掲示用写真 ・テレビ ・動画資料 ・パソコン

(3) 展開

時間	学習内容・活動	指導上の留意点（指導○ 評価規準◆）
導 入 13 分	1 前時について振り返る。 ・喫煙の害、発育期の喫煙、受動喫煙	○前時について想起させることで、単元のつながりを意識させる。
	2 友達や自分の飲酒についての考え方を 知る。 ・アンケート結果	○飲酒についてのアンケート結果や広告分析から喫煙よりも飲酒がさらに身近なものだと感じさせ、本時への関心・意欲を高める。 「課題に気付く力」手立て① 事前アンケート
	3 酒がどれだけ身近な物かを知るために、 良いイメージが含まれているCMの動画を見る。 ・大勢で飲酒する動画 ・1人でも飲酒する動画 ・昼間から飲酒する動画	○児童にCMを見る視点を与えることで、お酒に対する良いイメージがもてるようにする。 「課題に気付く力」手立て② 児童が身近に感じる教材の工夫～広告分析～
	4 本時の学習課題を確認する。	○児童のアンケート結果から、飲酒することで体に害があるという悪いイメージも想起させ、本時は「飲酒の害」について学習することを知り、課題意識をもたせる。
	<p>飲酒には、どのような害があるか知ろう。</p>	○本時の活動の見通しがもてるように、全体で学習課題を確認する。

<p>展開 24分</p>	<p>5 飲酒の心身への影響について教科書や資料を使って調べ、発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・酒にアルコールが含まれていること。 ・脳をまひさせ、注意力や判断力がにぶくなること。 ・一度に多量の酒を飲むと死に至る場合があること。 ・飲み続けるとやめられなくなる依存性があること。(慢性化) ・長期間の飲酒が体(肝臓)や脳に悪影響を与えること。 <p>6 発育期のアルコールの影響について知り、勧められたときにその知識をもとにした断り方を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肝臓や脳に障害が起こること。 ・性格が変わり、記憶力や考える力も低下すること。 ・未成年の飲酒が法律で禁止されていること。 <p>(1) ケーススタディを用いて、断る根拠を自分で考える。</p> <p>(2) 隣同士で、自分で考えた断り方についてのロールプレイングを行う。</p> <p>(3) 友達の断り方でよいと思った断り方を全体に発表する。</p>	<p>○調べたことを近くの児童と共有させることで、自信をもって発表できるようにする。</p> <p>○板書を(飲酒するとすぐに出る影響)〈多量で長期間の飲酒の影響〉に整理する。</p> <p>○児童の実態に合った具体的な資料を提示し、視覚的にも害について捉えられるようにする。</p> <p>「見通しをもつ力」手立て①理科の学習との関連</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>◆飲酒が心身の健康にどんな悪影響を及ぼすかを理解することができる。 【知識・理解】</p> </div> <p>○発育期や若い時期からの飲酒は、影響を強く受けることを説明する。</p> <p>○本時の学習で学んだことから、断る理由を考えられるようにする。</p> <p>○一度断っても、はっきりと根拠をもって断っていない児童に対しては、さらに誘うようにさせ、いろいろな場面を児童に経験させる。</p> <p>○学んだ知識を生かしてロールプレイングを行っていた児童を称賛し、みんなの前で発表できるようにする。</p> <p>「見通しをもつ力」手立て②</p> <p>ケーススタディやロールプレイングを活用したグループ活動</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>◆飲酒を勧められたときに根拠をもとに断る理由を考えることができる。 【思考・判断】</p> </div>
<p>まとめ 8分</p>	<p>7 本時の学習を生かして、自分や周りの飲酒環境について振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習感想をワークシートに記入する。 <p>8 宣誓書に「20歳までは絶対に飲酒しない」という約束を記入する。</p>	<p>○ワークシートを利用して、児童と保護者が保健の学習について振り返れるようにする。</p> <p>○本時で学んだ知識を、家庭で家族と振り返れるように感想を書かせる。</p> <p>「実践する力」手立て①</p> <p>学校で学んだことを家庭でも生かす工夫</p> <p>○未成年の間は飲酒を行わない理由を、本時の学習で学んだことを使って書けるようにする。</p> <p>○次時の学習内容を伝えることで、意欲を高めて学習を終えられるようにする。</p>

10 板書計画



11 参考資料

- ・『喫煙、飲酒、薬物乱用防止に関する指導参考資料 —小学校編—』
発行者 財団法人 日本学校保健会 2010年

飲酒の害 学習のめあて

飲酒には、どのような害があるか知ろう。

1 お酒にふくまれる【アルコール】がおよぼすえいきょうについて調べましょう。

○心身にあらわれるえいきょう

○多量に長期間飲み続けると
あらわれるえいきょう

2 実践編！

お酒を飲むようにすすめられたとき、あなたならどう断りますか？今日の学習で学んだことを生かして、《断る理由》を考えましょう。

あなたの家に親せきのおじさんが訪ねてきました。おじさんはビールを飲んで、ずいぶん酔っている様子です。そのうち、おじさんがあなたに近づいてきて、持っているビールをすすめ始めました。

おじさん：おまえももうすぐ中学生か。よし、お祝いということでかんぱいしよう。

あなた： いや、飲みません。

おじさん：なんで飲まないの？お祝いだよ。

あなた： _____

おじさん：いいじゃないか？少しだけでも飲みなよ。

あなた： _____

おじさん：そんなこと言わずに今日だけ飲んじゃいなよ。

あなた： _____

保健学習ふりかえりカード

6年 組 名前 ()

○保健学習で学んだことを家の人とふりかえってこれからの自分の生活にいかしましょう。

時間	学習内容	学習から考えたことを書こう	おうちの方のサイン
5	喫煙の害		
6	飲酒の害		
7	薬物乱用の害		
8	地域のさまざま な保健活動		

宣誓書

<p>私は未成年のうちを絶対にしません。 なぜなら、</p>

おうちの方からの一言

