

## 1 学習指導案

第3学年 体育科学習指導案

平成24年10月26日

学校名 高知市立横浜小学校

指導者 3年1組 T1：宇賀 孝司

T2：西内 好江

# めざせ！けんこう達人への道！

## 1 単元名 めざせ！けんこう達人への道！（保健）

## 2 単元の目標

### (1) 知識・理解

- 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。

### (2) 態度

- 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むことができるようにする。

### (3) 思考・判断

- 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などにより，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。

## 3 授業づくりの構想

### <保健学習>

一般的にこの時期の児童は，学校生活にも慣れ，周囲の大人から少しずつ独立し，自分の生活習慣を作りつつある。その一方で，コンビニエンスストアの普及や習い事の増加，テレビゲームやインターネット，携帯電話の普及など，児童を取り巻く社会環境は著しく変化している。その影響を受け，児童の基本的生活習慣は乱れ，しかもその現象は低年齢化する傾向にある。

そこで，自分の生活習慣が確立しつつあるこの時期に，毎日の生活と健康とのかかわりについて正しい知識を身に付けさせるために，本単元を取り上げた。

### <児童の実態>

本学級の児童は，外で遊ぶことが好きな活発な児童が多い。健康な生活を送るための家庭での生活習慣はある程度身に付いており，食事，運動，休養，睡眠の大切さは知っているが，1日の生活リズムに合わせた行動を意識的にはとれていない。体の清潔については，習慣として手洗いやうがいを行うことはある程度定着しているものの，石鹸を使っての洗い方は十分とはいえない。また，目に見える汚れには気をつけているが，汗などによる見えない衣服の汚れには無頓着である。気持ちよく生活するには生活環境を整えることも大切であるが，部屋の明るさの調節や換気などを意識して行えているとはいえない。健康な生活を送るために，家庭でのしつけや集団生活のきまり等は，習慣として行えているが，児童自らが必要性を感じて行動するまでには至っていない。

### <めざす子どもの姿>

- 健康な生活を営むことのできる力を備えた子ども

#### 4 主題に迫る具体的な手立て

##### (1) 魅力ある教材の工夫

「めざせ！けんこう達人への道！」というテーマを設定し、「達人」になるために一つ一つの課題を解決し、ステップアップしていくことで児童の自信を高め、健康な生活を営む能力を育てる手立てとする。課題を解決するための方法を各自がワークシートに書き残していくことで、毎日の生活を健康に過ごすための実践する意欲をもてるようにする。

##### (2) 学習内容の実践的理解を図るための工夫

学習内容の実践的理解を図るためには、まず学習課題を自分のこととして捉えることが大切である。そのために、自分の学校のことや身の回りのこと、自分自身のことを取り上げて課題を見付けていけるようにしたい。課題を見付けやすくするためには、教具等の工夫が必要である。

##### 見えないものを見るための教具等の工夫

手の洗い残しや衣服の汚れは、普段の生活では見るのが難しい。そこで次のような実験、実習を行う。

##### ○ 手洗いチェッカー (写真1), 寒天培地実験

手洗いチェッカーでは洗い残した手の汚れを確認し、寒天培地実験では、手に残った細菌をつけたまま放置すると増殖の様子を見ることができる。これらの実験から石鹸でしっかり手を洗うことの必要性を視覚的に実感できるようにする。 (写真1 手洗いチェッカー)



##### ○ ニンヒドリン反応実験

ニンヒドリン溶液は、衣服に付いた汚れ（汗などのたんぱく質）に反応する。見た目はきれいに見えるが、汚れが紫色に変色する様子を見る実験を通して、衣服を取り替えることの大切さに気付けるようにする。

##### ○ 照度計

明る過ぎたり、暗過ぎたりすることが健康を損なう事例を知り、自分の生活での様子を思い出す。照度計を使って部屋の照度を測る実験を行いながら、健康な生活を過ごすために周囲の環境を整えることが大切さであることを知る。

##### 養護教諭との連携

単元のはじめに「学校でのけんこうを守る活動」の一つとして「ほけん室の先生」が話をすることで、まず児童に健康への意識付けを図る。本時では、専門的立場にある養護教諭が健康に関する話をしたり実験を行ったりすることで、児童の学習への意欲や関心を高めるとともに、知識・理解を深めることをねらいとする。

##### (3) 言語活動 (かかわり)

学習内容の実践的理解を図るために工夫し、児童が習得した知識を活用することのできる課題を与え、自分の問題として捉えることでより実践的理解を深めていけるようにする。その際、課題についてグループで話し合う学習を取り入れることで、さまざまな視点からの考えを知ることができる。その後、全体で考えを共有して思考を深め、自分自身の生活を振り返るようにしたい。

## 5 単元計画

		1	2	3 (本時)	4
		<p>1 課題をつかむ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">           けんこう達人への道！ 入門編 けんこうって何だろう？         </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>「心や体が健康である状態」を理解し、現在の自分の状況についてふりかえる。</li> </ul> <p>2 健康に大切なことについて考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「けんこうのもと」について考える。</li> <li>学校での健康を守る活動を知る。</li> <li>養護教諭の活動についての説明を聞く。</li> </ul> <p>3 学習したことをもとに、健康な生活を送るために、これからどのような生活を心がければよいか考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「けんこう達人への道」のワークシートに書く。</li> </ul>	<p>1 課題をつかむ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">           けんこう達人への道！ パート1 けんこうな生活を送るための 1日のすごし方を考えよう！         </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の毎日の生活を振り返り、1日の生活リズムを振り返る。</li> </ul> <p>2 生活リズムと体の調子とのかかわりについて考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「かずみさんの1週間」を見て気が付いたこと話し合い、発表する。</li> <li>健康な生活を送るためには、食事・運動・休養・睡眠などが必要であることを知る。</li> </ul> <p>3 学習したことをもとに、これまでの自分の生活を振り返り、生活のリズムを見直す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「けんこう達人への道」のワークシートに書く。</li> </ul>	<p>1 課題をつかむ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">           けんこう達人への道！ パート2 体のせいけつについて考えよう！         </div> <p>2 汚れの残っているところや落ちにくいところがあることを知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「手洗いチェッカー」で手の汚れを見て、きれいに見える手も実は汚れていることを知る。</li> <li>なぜ洗った手に汚れが残っているかを考える。</li> <li>体の洗いにくい箇所を考え、しっかり洗うことの大切さに気付く。</li> </ul> <p>3 体だけでなく、衣服に見えない汚れがあることに気付く。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>実験を通して衣服を取り替え、清潔を保つことの大切さに気付く。</li> </ul> <p>4 学習を振り返り、体等の清潔を保つことの大切さについて学習したことを自分の生活に当てはめて考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「けんこう達人への道」のワークシートに書く。</li> </ul>	<p>1 課題をつかむ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">           けんこう達人への道！ パート3 けんこうによい部屋に ついて考えよう！         </div> <p>2 絵を見ながら健康によい部屋について、話し合う。</p> <p>(明るさ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の生活を振り返り、明るさの調節の仕方について考える。</li> </ul> <p>(換気)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自分の生活を振り返り、部屋の換気の仕方について考える。</li> <li>毎日を健康に過ごすためには、生活環境を整える必要があることが分かる。</li> </ul> <p>3 学習したことをもとに、学校や家庭で部屋の明るさや空気などの生活環境を整えるために、自分でできることを考える。</p> <p>4 単元全体を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>「けんこう達人への道」のワークシートにまとめる。</li> </ul>
評価規準	知識理解	健康の状態には、1日の生活の仕方などの体の要因や身の回りの環境の要因がかかわっていることについて理解したことを言ったり、書いたりしている。	健康の保持増進には、1日の生活の仕方が深くかかわっており、1日の生活のリズムに合わせて、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について、言ったり書いたりしている。	毎日の生活を健康に過ごすためには、体や衣服を清潔にすることが大切であることを言ったり、書いたりすることができるようにする。	健康の保持増進には、生活環境がかかわっており、部屋の明るさの調節や換気などの生活環境を整えることが必要であることを理解し、言ったり書いたりしている。
	関心意欲態度	健康な生活について、資料をみたり、自分の生活を振り返ったりするなど、学習活動に進んで取り組もうとしている。			健康な生活について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。
	思考判断		1日の生活の仕方について、資料や自分の生活を振り返りながら、生活のリズムを見直し説明している。	体や衣服の清潔を保つことの必要性について学習したことと自分の生活を比べたり、関係を見つめたりするなどしてそれらを説明している。日常生活の中でできることを考えている。	

## 6 本時の学習

### ① 目標

- ・ 毎日の生活を健康に過ごすためには、体や衣服を清潔にすることが大切であることを言ったり、書いたりすることができるようにする。(知識・理解)
- ・ 体や衣服の清潔を保つために、実験をしたり自分の生活を振り返ったりして、進んで学習に取り組むことができるようにする。(態度)
- 体や衣服の清潔を保つことの必要性について学習したことを自分の生活と比べたり、関係を見つかけたりするなどして、それらを説明することができるようにする。(思考・判断)

### ② 展開 (3時間目 / 4時間中)

※本時では、思考・判断を主として評価する。

主なねらい・学習活動	教師の働きかけ・評価 (☆)	
	T 1	T 2
1 課題をつかむ。	<b>体のせいけつについて考えよう!</b>	
2 体の汚れについて知る。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自分の手を「手洗いチェッカー」で見て、汚れていることを知る。</li> <li>・ 普段と同じように洗った手が汚れているわけを考える。</li> <li>・ 汚れた手のままではどうなるのか考える。</li> <li>・ 体にも洗いにくい箇所があるかを考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 汚れている部分は何の箇所か見えておくよう言葉かけをする。</li> <li>・ 洗いにくい箇所を板書でまとめ、視覚的に意識付ける。</li> <li>・ 手から体に目を向けて、汚れやすいところや汚れが残りやすいところはないかを投げかける。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 調べ終わったらグループで汚れが残っているところとその理由を情報交換するように机間指導する。</li> <li>・ 寒天培地実験の手を見せ、残った細菌をそのままにしておく病気になる可能性が高まることを説明する。</li> </ul>
3 実験を通してだけでなく、衣服に見えない汚れがあることに気付く。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2人の例について考える。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 衣服のきれいなAさん、衣服の汚れているBさんを提示し、体の清潔から衣服の清潔に目を向けるようにする。</li> <li>・ 就寝中の発汗量を視覚的に示す。</li> </ul> <p>☆ 毎日の生活を健康に過ごすためには、体や衣服を清潔にすることが大切であることを言ったり、書いたりしている。(知識・理解) 【発表・ワークシート】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 机間指導を行う。</li> <li>・ Bさんの衣服でニンヒドリン反応実験を行い、体の清潔を保つためにも衣服の清潔を保つことの大切さに気付くようまとめる。</li> <li>・ 養護教諭が日常的に衛生に気をつけている様子を写真で示し、清潔に保つことの大切さを伝える。</li> </ul>
4 学習を振り返り、体や衣服の清潔を保つことについて例題をもとに自分の生活に当てはめて考える。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 「けんこう達人への道」のワークシートに書く。</li> <li>・ グループで意見交換する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 健康な生活、体や衣服の清潔を保つことについて学習したことを自分の生活に置き換えて考え、ワークシートにまとめたり、グループで説明したりするよう言葉かけをする。</li> </ul> <p>☆ 体や衣服の清潔を保つことの必要性について学習したことを自分の生活と比べたり、関係を見付けたりするなどして、それらを説明しようとしている。 (思考・判断) 【発表・ワークシート】</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 机間指導を行い、努力を要する状況と判断される児童には、清潔に保つことと健康な状態との関係について思い出せるように助言する。</li> </ul>