

第6学年 体育科（保健） 学習指導案

天理市立福住小学校 養護教諭 車井 佳奈

1. 単元名 ふくすみっ子から地域へ発信！健康づくり活動

2. 単元の目標

- ・これまでの保健学習を振り返り、「健康とは何か」を理解することができる。さらに、地域ではそれを守る様々な活動が行われていることを知り、目的や内容を理解する。 (知識・技能)
- ・自分たちが考える「健康」を守るために、今ある地域保健活動を見直し、課題を見つけ、病気を予防する観点から解決の方法を考え、適切な方法を選び、それらを説明したり伝え合ったりすることができる。 (思考・判断・表現)
- ・学習活動に粘り強く取り組む中で、健康の大切さに気づき、地域の保健活動や健康課題に興味関心をもち、自らが主体となって健康を維持する活動に、進んで参画することができる。 (主体的に学習に取り組む態度)

3. 単元について

(1) 教材観

本単元においては第3学年から第6学年までの保健学習の総まとめとして、自分や家族、地域の人々の健康について考え、自らが地域へ保健活動を発信する主体者となる。

第3学年「けんこうな生活」・第4学年「体の成長とわたし」では、健康の保持増進、体の発育・発達には運動・食事・休養および睡眠の調和が必要だということ、第5学年「心の健康」では、心と体は深く影響しあっていること、不安や悩みは誰もが経験すること、それらへの対処にはいろいろな方法があること、第5学年「けがの防止」では、けがの発生要因や防止の方法、けがの簡単な手当てを行うこと、第6学年「病気の予防」では、病気を予防するためには体の抵抗力を高めることおよび望ましい生活習慣を身につ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を理解できるようにすることが各々の単元目標である。これらの学習を振り返り、健康な心身や健康な暮らしは日々の様々な活動の基盤となっていると気づくことが大切である。

さらに、自分の健康は自分で守るという意識を高めるとともに、必要なときには他者（他機関）とつながり、協力を得ることの重要性にも気づかせるため、とりわけ身近な地域保健活動に目を向ける。

(2) 児童観

本学級の児童は、男子6名、女子6名の小集団である。それゆえ、人間関係の固定化もみられる反面、転入生も数名おり、小さい頃から育ってきたコミュニティは各々異なっている。また、祖父母と同居して住んでいる家族や近所で暮らしている児童も多く、地域であたたかく育っており、素直な反応を示す児童も少なくない。

これまでの保健学習や保健指導のなかでは、自分たちの体の様子や健康に関する話に集中して耳を傾けると同時に、教師の質問にも積極的に反応を示すことが多かった。

本単元の学習においては、家族や友達と対話しながら情報収集することで、地域における様々な保健活

動について知り、自分の住んでいる町や学校のある町に関心をもつことができると考えられる。さらに、自分や家族、地域の人々の健康を守るために、課題を見つけ、自分たちにできることを考えるなかで、オーナーシップを育てるとともに、他者とのつながりを感じる機会にしてほしいと考える。

(3) 指導観

保健の学習を自分事として捉え、興味関心が高まるように学習過程の中で児童が主体的に参加できる体験的な学習形態を組み、授業を展開していく。その際、児童が健康な生活を送るために必要な力とされている「心身の健康に関する知識・技能」「自己有用感 自己肯定感（自尊感情）」「自ら意思決定 行動選択する力」「他者と関わる力」の育成を大切に指導していく。また、タブレットを用いた調べ学習や、グループでの話し合い活動を多く設定することで「覚えるだけの授業」ではなく主体的に学び、実践へと結び付けられるように学習を進めていく。

とりわけ、本単元はこれまでの保健学習の総まとめとして、「健康の大切さ」を見つめ直し、「自分や家族の健康維持・病気の予防」のために地域保健活動に興味関心をもつとともに、自らが主体者となり地域へ保健活動を提案することが最終目標である。

そのために、まずは自分たちのまち（福住・山田校区／天理市／奈良県など）や全国的な地域保健活動について調べさせる。また、ゲストティーチャーとして、より身近な公民館の方を招き、実際に行われている地域保健活動の内容やねらい、参加者の声や地域の健康課題について話を聞く。その上で、家族にも聞き取りをさせ、自分たちの暮らしと地域保健活動の結びつきに気づかせる。さらに、グループで今ある資源を見直し、新たに自分たちができる健康づくり活動を提案することで、批判的思考を養うとともに、他者と協働する力を養えるよう働きかける。

(4) ESDとの関連

○本学習で働かせるESDの視点（見方・考え方）

相互性・・・自分や周りの人の健康を守っていくために、自分の通っている学校や自分の住んでいる地域には様々な保健活動があることを知る。

連携性・・・身近な保健活動に関心を持ち、必要に応じてそれらを活用し、人とつながっていけるほうが心身の健康維持には良いことに気づく。

○本学習で育てたいESDの資質・能力

- ・未来像を予測して計画を立てる力

今ある自分たちの健康を見つめ、今後起こり得るであろう健康課題や人生設計を想像し、人とつながるための資源を見つける。

- ・批判的に考える力（クリティカル・シンキング）

地域の資源（保健活動）について、今あるものを問い直し、自分たちが生きていく未来を想像した代替案について考える。

○本学習で変容を促すESDの価値観

- ・幸福感に敏感になる。幸福感を重視する。

自分や周りの人が健康であることに喜びを感じ、それを維持していくためには、いろんな人や制度の協力を得るようにすることで、さらなる幸福感を実感できる。

○達成が期待されるSDGs

- ・目標 3 : 健康、福祉
- ・目標 11 : 持続可能な都市、まちづくり

4. 単元の評価規準

ア 知識・技能	イ 思考・判断・表現	ウ 主体的に学習に取り組む態度
<p>①これまでの保健学習（3年「けんこうな生活」・4年「体の成長とわたし」・5年「心の健康」「けがの防止」・6年「病気の予防」）を振り返り、健康とは何かを理解している。</p> <p>②地域では、保健に関わるさまざまな活動が行われていることを、言ったり書いたりしている。</p>	<p>①地域の保健活動と自分や家族の生活とを結び付け、活用できそうなものを考えている。</p> <p>②地域の保健活動について、課題を見つけ、自分や家族が健康を維持するための新たな活動を考え、説明したり伝え合ったりしている。</p>	<p>①学習内容に関心を持ち、よりよく学ぼうとする意欲をもって、学習に粘り強く取り組もうとしている。</p> <p>②他者の考えも受け入れながら進め方を工夫改善するなど、自らの学習を調整しようとしている。</p>

5. 単元の指導計画（全2時間）

時	主な学習活動	学習への支援（・）	評価(△) 備考(・)
1	<p>○これまでの保健学習（3年「けんこうな生活」・4年「体の成長とわたし」・5年「心の健康」「けがの防止」・6年「病気の予防」）の内容を振り返る。</p> <p>○自分たちや周りの人の「健康とは何か」を考える。 ー病気になるない ー楽しく毎日学校へ通える ー毎日幸せを感じられる ー家族も幸せ ー将来、生活習慣病にならない ー心も体も元気 ーたばこや飲酒・薬物乱用をしない ー長生きする ー運動を続けられる ー睡眠時間がたっぷり ーごはんを美味しく食べられる</p> <p>○みんなが考える「健康」を守るために行われている地域保健活動についてグループごとに調べる。 キーワード：地域保健活動、健康、悩み、相談、子ども、親子、思春期、心、体、運動、食事、睡眠…など</p> <p>○より身近な公民館等で行われている保健活動について知る。（公民館の方の話聞く） ・活動の種類、内容、対象者、活動のねらい、参加者の声や地域の健康課題などについて聞く。 例) 健康づくり教室（体操、おやつ作り、脳活） 健康情報の提供 など</p>	<p>・これまでの学習内容についてクイズ形式で問う。</p> <p>・班でイメージマップを作成し、目で見ても共有できるものにする。</p> <p>・教科書やインターネットで調べる。</p> <p>・公民館の方と事前に打ち合わせし地域の健康課題等についても触れてもらう。 ・今日の学習をふまえて地域の保健活動について、「自分や家族が利用している（今後利用したい）もの」、「さらにどんな活動があれば活用したいか」について調べ考えさせる。【課題：ワークシート】</p>	<p>△ア①</p> <p>△ア① ウ②</p> <p>△ウ①</p> <p>△ア② イ①</p>
2	<p>○自分や家族の健康維持のために、新たにどんなものがあれば利用したいか、考えてきた意見をグループで交流する。</p> <p>○福住地域の人々の健康を守るために、自分たちが主催者 or サポーターとなってできる活動は何か、グループで考え、計画する。</p> <p>ふくすみっ子から地域へ発信！健康づくり活動</p> <ul style="list-style-type: none"> ・対象者：福住地域で暮らす/通う/働く人々 ・場所：学校 or 地域（施設や自然のなか） ・ねらい（対象者のどんな「健康」が守られ、維持できるのか）や内容、準備物や調整すべきことなどについて、グループで考える。 ーふくすみっ子からの挑戦状（脳トレ教室） ーラジオ体操スタンプラリー ーふくすみっ子お悩み相談室 など <p>○共有・まとめ・振り返りをする。</p>	<p>・第一時で公民館の方から聞いた地域の健康課題を提示し、参考にさせる。 ・より実現可能な具体案を考えさせる。 その際、例（「学校で体力測定にチャレンジ！」）を提示し、計画に必要な情報を示す。</p> <p>・自分の健康は自分で守ることが重要だが、自分や家族の健康を守るためには、必要に応じて他者（他機関）とつながることも大切であることに気づかせる。</p>	<p>△イ① ウ②</p> <p>△イ② △ウ①②</p> <p>△ウ②</p>