

第3学年 体育科学習指導案

平成28年10月28日金曜日 2校時

第3学年1組 (男7名、女子10名)

場所 飯野小学校体育館

指導者 T1 松元洋子 T2 福松加菜

1 単元名 保健「毎日の生活と健康 (1日の生活の仕方②)」

2 単元の目標

- (1) 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)
- (2) 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)
- (3) 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 単元の評価規準

	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	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している。	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、それらを表している。	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している。
学習活動に即した評価規準	①健康な生活について、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もうとしている。 ②健康な生活について、課題の解決に向けての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。	①健康な生活について、教科書や資料などを基に、課題や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健康な生活について、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、それらを説明している。	①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について、言ったり、書いたりしている。 ②毎日を健康に過ごすには、食事、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。 ③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について言ったり、書いたりしている。 ④毎日を健康に過ごすには、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について、言ったり、書いたりしている。

#### 4 単元について

##### (1) 教材観

学習指導要領では「健康の保持増進」を図るために、身近な生活における健康・安全に関する内容を実践的に理解することを通して、自らの生活行動や身近な生活環境における学習課題を把握し、改善することができる資質や能力の基礎を培うことが求められている。

本単元は、第3学年「G保健」－「毎日の生活と健康」(1)「健康の大切さを認識するとともに、健康によい生活について理解できるようにすること」に基づく内容である。学習内容は、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関わっていること。」イ「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、また、体の清潔を保つことなどが必要であること。」ウ「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などが必要であること。」の3つで構成されている。

児童にとって当たり前と考えてしまいがちな「健康な生活」について取り上げ、自分の生活を見直すことを通して、科学的、医学的根拠を提示することで、これまで曖昧に捉えていたことや、考えずに行動していたことに気付かせ、健康な生活を送ろうとする意欲を高めさせるのに有効な単元である。

本単元の学習を通して、健康の大切さや健康によい生活の仕方を理解し、健康によい生活の仕方や、生活環境を整えるために自分できることを実践する意欲をもたせることは大切である。生涯にわたって、健康な生活を送ろうとする態度を育てるうえでも意義深いと考える。

##### (2) 児童観

本学級の児童(男子7名、女子10名、計17名)は、穏やかで素直である。体育の時間や昼休み時間に積極的に体を動かすことが好きな児童が多い。苦手なことにも前向きに努力する姿が見られるようになってきたが、粘り強く学習活動に取り組むことが難しい児童もいる。

基本的な生活習慣について、生活のリズムに関しては、1日の生活のリズムがきちんと整っている児童が多いが、中には就寝時間の遅さから、朝食を時々とれていなかったり、睡眠が十分でなかったりする児童が1割程度見られる。手洗いについては、せっけんを使う児童が多いが、ていねいさに欠けたり、食事前の手洗い後にいろいろなものにさわったりと清潔に対する意識が低いところが見られる。また、ハンカチやティッシュが準備できていない児童も数名いる。食習慣に関しては、給食時にやや小食・偏食傾向のある児童が数名いるが残さずきちんと食することができる。

##### (3) 学習を進めるに当たって

本単元においては、毎日を健康に過ごすための健康の状態、1日の生活の仕方、清潔と健康の関係、身の回りの環境の4点について、自分の生活と関連付けながら理解させていきたい。また、そのことを基にしたうえで、健康な生活に取り組んでいこうという意欲付けを図っていきたい。特に本時においては、体の清潔と健康について「手洗い」を取り上げる。児童にとって手洗いは身近な生活場面であり、視覚的にも比較しやすい。手を洗う前と石けんで手を洗った後ブラックライトを活用して、目に見えない汚れや菌が付着している状態を確認することで、科学的、医学的根拠をもとに清潔の大切さを理解させたい。

次に教科書にある清潔な状態でない友達へアドバイスをしようという場面を扱うことで、手を洗う、歯を磨くという生活改善について考えさせていきたい。

最後に、教科書の健康な生活についてのアンケートにできているかどうかをチェックさせることで現在の清潔についての状態を気付かせるとともに、児童が今、健康について取り組んでいることの発表を聞くことで、実践意欲をもたせていきたい。

5 指導と評価の計画

		第1時	第2時	第3時(本時)	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①	1日の生活の仕方②	身の周りの環境
		○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	○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 健康な状態をつくるにはどんなことをしたらよいかを話し合う。 2 健康について出てきた意見をグループ分けして話し合う。 3 健康であるために必要なことをまとめる。	1 元気なあやかさんと元気のないたくみさんの1日をくらべ、体や心への影響を考える。 2 健康に過ごすにはどんな生活の仕方がよいのかを話し合う。 3 たくみさんが元気になるためのアドバイスを発表する。	1 手を洗う前と後の状態をブラックライトで確かめ、気付いたことを発表する。 2 清潔にすることがなぜ必要なのかを考える。 3 自分の生活を振りかえり、清潔にすることについて考えたことや思ったことを発表する。	1 健康に適さない環境にいると、健康の状態がどうなるかを話し合う。 2 部屋の空気の入替えや、明るさの調節はどのようにしたらよいかを考える。 3 健康に過ごすには身の周りの環境をどのようにするかをまとめる。
評価機会等	関		① [観察]		② [観察]
	思	① [観察・ワークシート]		② [観察・教科書の表]	
	知	① [ワークシート]	② [観察・ワークシート]	③ [観察・ワークシート]	④ [観察・ワークシート]

6 本時の展開 (3 / 4時間)

(1) 1日の生活の仕方②

(2) 本時の目標

- 健康な生活について、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、それらを説明している。 (思考・判断)
- 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を言ったり、書いたりして、いる。 (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	
		T1	T2
導入 3分	1 本時の学習について知る。 ・清潔ってどんなことですか。	○前時の学習を振りかえり本時の学習の方向性を示す。	
	2 本時の学習課題を知る。 ・けんこうな生活を送るには、せいけつについてどのようなことに気を付ければよいだろうか。		
	3 学習のねらいを知る。 ・せいけつとけんこうについて考えよう。		
展開 35分	4 手の清潔について考える。 ・手を洗う前と手を洗った後のちがいは何だろうか。	○きたない、きれいなどの意見が出る程度にして次の活動につなげる。	○手を洗う前と後の手を目に見えなかった菌についてブラックライトで比べられることの説明をする。 ○テレビ画面を使って菌がついている説明をする。
	・手を洗う前と後の手の状態について話し合う。 ・ブラックライトを使い、手を洗う前と後の状態を比べる。  ・手の清潔についての説明を聞く。	○児童に手を洗う前の状態をブラックライトで確かめさせ、手を洗わせる。 ○手を洗う前後を比べてワークシートに気付いたことを書かせ、発表させる。  ○清潔について体全体や生活との関わりに視点を広げる。	

展 開 35分	<p>5 体を清潔にすることはなぜ必要なのかをまとめる。</p> <p>・手の他に清潔に気を付けないといけないことはありますか。</p> <p>・話し合い後に、体を清潔にすることの大切さについて説明を聞く。</p>	<p>○病気のもとになる菌を体に入れない必要性を理解させる。</p>	
	<p>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</p>		
	<p>6 2人の友達の様子を見ながら体の清潔と健康について考える。</p> <p>・2人の友達に、どんなアドバイスをしたらよいだろう。</p> <p>・1人を選び、自分の考えをワークシートに書き込み、発表する。</p>	<p>○本時の学習をもと、2人にどんなアドバイスをしたらよいかを考えさせる。</p> <p>◆【知識・理解】</p> <p>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について言ったり、書いたりしている。【観察・ワークシート】</p>	
ま と め 7分	<p>7 まとめを聞き、自分の清潔な生活についてふりかえる。</p> <p>・事前にしたワークシート「教科書 p 8 の表」で自分の生活をふりかえり、感想を発表する。</p> <p>8 次時の学習の確認をする。</p>	<p>◆【思考・判断】</p> <p>健康な生活について、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、それらを説明している。【教科書の表・観察】</p> <p>○学んだ知識と自分の生活を結び付けることで意欲化を図る。</p>	

(4) 板書計画

(体のせいけつとけんこう)

学習課題

けんこうな生活を送るには、せいけつについて  
どのようなことに気をつければよいだろうか。

めあて

せいけつとけんこうについて考えよう。

(資料)

体や身のまわりのせいけつ  
に関する絵や図

手のせいけつについて考えよう。

手をあらう前

ブラック  
ライト  
写真

きんの  
写真

手をあらった後

ブラック  
ライト  
写真  
(石けん)

目に見えないよごれや  
きんがついている。

目に見えないよごれや  
きんがなくなった。

まとめ

けんこうな生活を送るには、体や身  
のまわりをせいけつにすることが  
ひつようです。

(手をせっけんであらわないと)

( ) がつ  
いた手で何かを食  
べる。

→

( ) が体の  
中に入る。

→

( ) がふえ、  
おなかがいたく  
なる。