第２学年２組　保健体育科学習指導案

指導者　　高松市立一宮中学校　河田　哲也

１　単元名　　健康な生活と病気の予防－生活習慣病などの予防－

２　単元について

(1) 題材の考察

がんは1981 年より日本人の死因の第１位である。 現在もがんによる死亡数は増え続けている。現代は「がんと共に生きる社会」とも呼ばれるほど、身近な病気となっている。そこで日本人の死因として最も多いがんについて学ぶことは、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育成する上で重要であると考える。

本単元で学ぶ疾病の予防の内容のうち、がんを取り上げ、その要因、経過等の疾病概念、予防、検診、治療方法に関する学習を通じて、生徒一人一人が、個人生活における健康に関する事柄に関心をもち、それらを科学的に理解し、適切な態度を身に付けて、行動をとることができるようになる。また、自己の生活課題を見いだし生活習慣を見直すことで、健康の価値を再確認することができ、自分自身を大切にする態度が身に付くと考えられる。

(2) 生徒の実態

本学級は、28名で構成されている。生徒一人一人は明るくて、個性も強く、主体的に物事を考え積極的に行動ができつつある。普段の学習から話合い活動を行っているので、生徒間である程度話し合い、まとめる力がついてきている。

単元開始前に行ったアンケート調査の回答は下表の通りである。２年生全体では、がんという病気はすべての生徒が知っていた。また、がんを身近な病気と考える生徒の割合は83％、怖い病気と考える生徒の割合は12％、治らない病気と考える生徒の割合は30％であった。さらに、がんについて知りたいことについては、がんの種類、原因、予防法、発生の仕方、症状、痛み、遺伝の有無など様々な記述があった。このことから、がんについて認識はあるが、症状や予防法等の知識はあまりなく、漠然とがんという病気を知っている状態である。また、様々な記述があったことから関心の高い病気であると考えられる。

　表１　単元開始前のアンケート調査結果（N=103）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 質問項目 | 怖い | どちらかといえば怖い | どちらかといえば怖くない | 怖くない | わからない |
| がんについてどのような印象ですか | ９％ | ３％ | 10％ | 70％ | ８％ |
| 質問項目 | はい | どちらかといえばはい | どちらかといえばいいえ | いいえ |  |
| がんは治療で治ると思いますか | 15％ | 56％ | 16％ | 14％ |  |
| 将来がんになると思いますか | 17％ | 31％ | ４％ | 49％ |  |
| がんは予防できると思いますか | 52％ | 17％ | ６％ | 24％ |  |

(3) 指導上の留意点

○　授業展開の過程における生徒の実態に応じた指導をしていきたい。そのために、がんについてのレディネス調査を行い、生徒の知識・認識の程度、興味関心の実態を把握しておく。

○　１・２時間目は生活習慣病について、３・４時間目はがんについて重点を置く学習過程を計画する。

○　生活習慣病の心身への影響や健康被害について、実物映像やコンピュータ等を活用して生徒の関心・意欲を高めて、正しい知識をしっかりと身に付けさせたい。

○　本題材では、生活習慣病やがんが身近な病気であることに気づかせ、予防や早期発見の重要性について仲間との意見交換を行う。それらの活動を通して、自分ごととして捉え自己の生活を振り返り、具体的な予防策を立てることが保健分野の見方・考え方と考え、そこにつなげられるようにしたい。

３　単元の目標

|  |  |
| --- | --- |
| 知識及び技能 | 健康な生活と生活習慣病などの予防について、理解することができるようにする。 |
| 思考力、判断力、表現力等 | 生活習慣病などの予防に関わる事象や情報から自他の課題を発見し、生活習慣病などのリスクを軽減したり、生活の質を高めたりする視点から解決方法を考え、適切な方法を選択するとともに、それらを伝え合うことができるようにする。 |
| 学びに向かう力、人間性等 | 生活習慣病などの予防について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとすることができるようにする。 |

４　単元の評価規準

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に  学習に取り組む態度 |
| ①運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足、喫煙、過度の飲酒などの不適切な生活行動を若い年代から続けることによって、やせや肥満、心臓や脳で動脈硬化が起こること、歯肉に炎症等が起こること、歯を支える組織が損傷することなど様々な生活習慣病のリスクが高まることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。  ②生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより心臓病、脳血管疾患、歯周病などを予防できることについて理解したこと、生活習慣病を予防するには、適度な運動を定期的に行うこと、毎日の食事における量や頻度、栄養素のバランスを整えること、喫煙や過度の飲酒をしないこと、口腔の衛生を保つことなどの生活習慣を身に付けることが有効であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。  ③がんは、異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり、その要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。  ④がんの予防には、生活習慣病の予防と同様に、適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 | ①生活習慣病の予防における事柄や情報などについて、原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見するとともに、習得した知識を活用し、生活習慣病を予防するための方法を選択している。  ②生活習慣病などの予防について、選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。 | ①生活習慣病などの予防について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。 |

５　単元の指導と評価の計画（４時間）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 主な学習活動 | 知 | 思 | 態 | 評価方法 |
| １ | １　望ましい生活習慣について考える。  ２　生活習慣病についての話合いを通して意識したり、興味をもったりしたことを基に、自分たちの生活を振り返る。  ３　健康と生活上の様々な習慣や行動の関連、調和のとれた生活の　継続の必要性、生活習慣の乱れによる生活習慣病など、生活習慣が健康に及ぼす影響について説明を聞く。  ４　本時を振り返り、生活習慣病を予防するための事例について考え、不適切な生活行動を続けることによって、生活習慣病のリスクが高まることについてまとめる。 | ① |  |  | 観察・ワークシート |
| ２ | １　前時の学習を振り返る。  ２ 生活習慣病は、日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、適切な対策を講ずることにより予防できることについて記述する。  ３ 既習の知識を活用し、自他の生活を振り返って生活習慣病の要因を発見するとともに、予防するための適切な方法を選択する。  ４　本時の学習を振り返り、ワークシートにまとめ、発表する。 | ② | ① |  | ワークシート(授業後)  観察・ワークシート |
| ３（本時） | １　がんに対するイメージを出し合う。  ２　がんがどのような病気なのかを知る。  ３　がんの予防について考え、グループで話し合い発表する。  ４　本時を振り返り、がんの要因には、生活習慣をはじめ、様々なものがあることについてワークシートにまとめる。 | ③ | ② |  | 観察・ワークシート  観察・ワークシート |
| ４ | １　前時までの学習を振り返る。  ２　生活習慣病とがんの予防に共通している要因について、ワークシートにまとめる。  ３　健康診断やがん検診などによる早期発見や疾病の回復について教師の説明を聞く。  ４　本単元を振り返り、生活習慣病やがんの予防について適切な生活習慣を身に付けることなどが有効であるという視点から、ワークシートを書く。 | ④ |  | ① | ワークシート(授業後)  観察・ワークシート |

６　本時について（３／４時間）

(1) 本時の目標

○　がんはさまざまな要因によって起こること、健康に良い生活習慣を身につけることや病原体を取り除くことによって予防できることを理解する。

○　がんの要因と予防方法について、自分の生活と比較しながら考え、表すことができる。

(2) 学習指導過程　　　　　（○配慮事項　●おおむね満足できると判断できる状況　［　］評価方法）

|  |  |
| --- | --- |
| 学習内容及び活動 | 指導上の留意点及び評価 |
| １　前時までの学習の振り返りをする。  ２　がんに対するイメージを出し合う。  ３　学習課題の確認をする。  ４　がんがどのような病気なのかを知る。  ・　がんの仕組み  ・　がんの種類  ・　がんの現状  ５　がんの予防について考え、グループで話し合い発表する。  ・　がん検診の受診率の低さ  ６　提示したケースについてがんリスクを下げる行動について考える  ７　本時のまとめ | ○　前時までの学習を振り返り、本時の活動とつなげるようにする。  ○　思いつくことを自由にできるだけたくさん挙げるように指示する。  ○　グループでのブレインストーミングを行い、がんについての知識を深める。  がんに対する正しい知識を理解し、予防方法について考えよう。  ○　日本人の死因の年次変化のグラフを提示して、興味関心を高める。  ○　がんの進行について説明し、進行がんになると命を失うこともあることを知らせる。  ○　がんにかかる人が増えていることを説明する。  ○　がんにかかる要因はさまざまであることについて資料をもとに補足説明する。  ○　がんの要因についてワークシートにまとめるよう助言する。  ○　グループ活動で交流できるように、まず一人で、個人課題追及できる時間を確保する。  ○　健診の重要性について前時までの学習を思い出すように助言する。  思考・判断・表現  ●　がんの要因と予防方法について、選択した理由などの根拠を示しながら話し合ったり、記述したりしている。　　　　　［観察・ワークシート］  ○　がんリスクを下げる可能性のある行動について、線を引き理由を考えるよう助言する。  ○　本時の学習を振り返り、予防方法について何ができるかをワークシートに記入するよう指示する。  知識・理解  ●　健康に良い生活習慣を身につけることや病原体を取り除くことによって予防できる方法を記述している。　　　　　　　　　　［ワークシート］  ○　次時の学習の予告をし、見通しを持たせられるようにする。 |