

健康を考え実践する力を育てる健康教育

—保健学習と保健指導を関連付けた習得・活用型授業モデルの開発を通して—

長期研修員 石島 保

研究の検証授業

小学校第5学年「安全な生活を送ろう～危険がひそむところ～」
小学校第6学年「健康な生活を守る・創るために」

で使用した指導案、掲示資料、ワークシートが載せてあります。

1	健康教育学習状況チェック（健康わくわくシート）について・・・・・・・・	P 2
	健康わくわくシート	
	第5学年用・・・・・・・・・・・・・・・・	P 3
	第6学年用・・・・・・・・・・・・・・・・	P 4
2	具体モデル作成の手順・・・・・・・・	P 5
3	第5学年具体モデル「安全な生活を送ろう～危険がひそむところ」	
	指導案・掲示資料・・・・・・・・	P 6～9
	ワークシート・・・・・・・・	P 10, 11
4	第6学年具体モデル「健康な生活を守る・創るために」	
	指導案・掲示資料・・・・・・・・	P 12～15
	ロールプレイング教師用指導資料・・・・・・・・	P 16
	ワークシート・・・・・・・・	P 17～19

健康教育学習状況チェック（健康わくわくシート）について

I 目的 児童の健康観や学習状況のチェック→授業モデル作成の資料

II 内容及び構成



健康教育 **健康わくわくシート** 《6年生用》

番 名 前

A 【健康観について】

1 あなたは健康ですか。あてはまる記号に○を付けましょう。
ア はい イ いいえ ウ わからない

2 健康でいるために必ず「要だ」と思うことを書きましょう。(いくつ書いてもかまいません)

3 健康と聞いて思い浮かぶ言葉をできるだけたくさん書きましょう。

B 【知識について】

○ () に入ることを書きましょう。

1 心は、いろいろな生活経験を通して、() とともに発達します。

2 心と() はつながっていて、たがいにえいきょうし合っています。

3 事故やけがは、人の() のしかたやまわりの() がかわり合って起こります。

4 事故やけがを防止するには、() に早く気づいて、() な判断のもとに、安全に行動することが必要です。

5 けがの簡単な手当には、さすぐちを清潔にする、おさえて() を止める、() などの方法があります。

血 年れい 行動 安全 的確 冷やす 環境 からだ 危険

○ 【思考力・判断力について】

○ けがを防止するために、学校では、環境をどのように整えているのでしょうか。

階段では、

体育館では、

廊下では、

校庭では、

A 【健康観について】

○ 児童の健康観を把握し、授業モデルの構想に生かす。

- 1 自分の健康状態の自覚
- 2 ポジティブな面からの健康のとらえ
- 3 多面的な健康のとらえ

B 【知識について】

○ 前学年の知識の習得状況を確認し、「思考力・判断力の育成」に生かす。

※ 東京書籍の平成23年度版「新しい保健」を参考に作成した。

C 【思考力・判断力について】

○ 前学年で育成されるべき発達の段階に応じた健康に関する思考力・判断力を確認し、授業モデルの「思考力・判断力の育成」のための構想に生かす。

5年生

4年生で育成されるべき思考力・判断力

『育ちゆく体とわたし』において学習したことと、自分の成長や生活を関係付けながら考える

↓

体をよりよく発育・発達させるには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることを自分と関連付けながら考えられるか。

6年生：

5年生で育成されるべき思考力・判断力

『心の健康』や『けがの防止』において学習したことと、自分の生活について条件に目を向けながら考える

↓

身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止について、自らの身の回りの環境(条件)に目を向けながら考えられるか。

番	名前
---	----

A 【健康観について】

1 あなたは健康ですか。あてはまる記号に○を付けましょう。

ア はい イ いいえ ウ わからない

2 健康でいるために必要だと思うことを書きましょう。(いくつ書いてもかまいません。)

3 健康と聞いて思い浮かぶ言葉をできるだけたくさん書きましょう。

B 【知識について】

○ () に入る言葉を下の「 」から選んで書きましょう。

- 1 身長や体重は年齢とともに変化します。その変化はひとりひとり () があります。
- 2 思春期には、() が変化し、() の特ちょうがあらわれてきます。
- 3 思春期には、() や精通などが起こります。また、異性への関心も高まります。
- 4 よりよく育つためには、食事で多くの種類の食品を食べることや、() な運動、じゅうぶんな休養・() が必要です。


すいみん 男女 からだつき ちがい 初経 適度 パソコン

C 【思考力・判断力について】

○ からだがよりよく育つために、毎日の食事、運動、休養・すいみんで、あなたが心がけていることとその理由を一つ書きましょう。

わたしは

 しています。



それは、

 だからで

けんこう 健康教育 健康わくわくシート 《5年生用》 解答編

1 **ちがい** 2 **からだつき, 男女** 3 **初経** 4 **適度, すいみん**

番	名前	
---	----	--

A 【健康観について】

1 あなたは健康ですか。あてはまる記号に○を付けましょう。

ア はい イ いいえ ウ わからない

2 健康であるために必要だと思うことを書きましょう。(いくつ書いてもかまいません。)

3 健康と聞いて思い浮かぶ言葉をできるだけたくさん書きましょう。

B 【知識について】

○ ()に入る言葉を下の [] から選んで書きましょう。

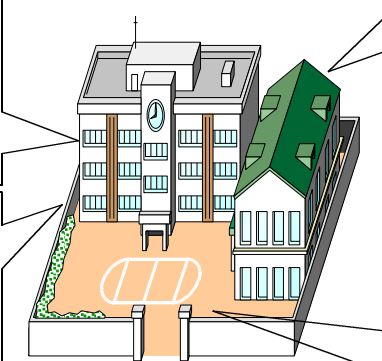
- 1 心は、いろいろな生活経験を通して、()とともに発達します。
- 2 心と()はつながっていて、たがいにえいきょうし合っています。
- 3 事故やけがは、人の()のしかたやまわりの()がかかわり合って起こります。
- 4 事故やけがを防止するには、()に早く気付いて、()な判断のもとに、安全に行動することが必要です。
- 5 けがの簡単な手当には、きずぐちを清潔にする、おさえて()を止める、()などの方法があります。

血 年れい 行動 安全 的確 冷やす 環境 からだ 危険

C 【思考力・判断力について】

○ けがを防止するために、学校では、環境をどのように整えているのでしょうか。

かいだん
階段では、



たいいくかん
体育館では、

ろうか
廊下では、

こうてい
校庭では、

けんこう 健康教育 健康わくわくシート 《6年生用》 解答編

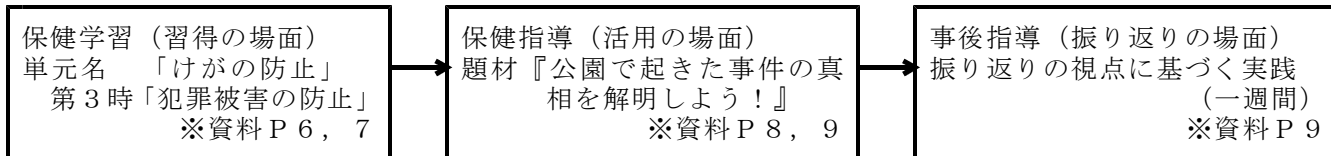
1 年れい 2 からだ 3 行動, 環境 4 危険, 的確 5 血, 冷やす

具体モデル作成の手順

手 順	内 容
1 児童の実態把握	レディネステスト「健康わくわくシート」の実施 ☆資料編P 2～4
2 「学習課題」の設定	<p>※児童の意識をつなげる（モデルを貫く）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・発達の段階に即した目指す子ども像に迫るために、保健学習の内容、各学年で求められる健康に関する思考力・判断力を基に設定。 ・児童が既存の知識・技能を直面する身近な健康課題の解決のために役立てることのよさに気付き、自分にあった健康的な生活を実践できるようにするためのもの。
<p style="text-align: center;">目指す児童像</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>低学年：健康の快さを感じ、健康によい行動を続けることができる子 中学年：健康の大切さを知り、健康と自分の行動を関係付けながら考え、健康によい行動を実践できる子 高学年：健康の大切さを理解し、健康的な生活を送るための条件を総合的に考え、自分にあった健康によい行動を実践できる子</p> </div> <p>保健学習（体育科保健領域）学習内容</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>第3学年 『毎日の生活と健康』 第4学年 『育ちゆく体とわたし』 第5学年 『心の健康』、『けがの防止』 第6学年 『病気の予防』</p> </div> <p style="text-align: center;">健康に関する思考力・判断力</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>[第3学年] 『毎日の生活と健康』において学習したことと、自分の生活を比較しながら考える [第4学年] 『育ちゆく体とわたし』において学習したことと、自分の成長や生活を関係付けながら考える [第5学年] 『心の健康』や『けがの防止』において学習したことと、自分の生活について条件に目を向けながら考える [第6学年] 『病気の予防』において学習したことと、自分の生活について要因や規則性、関係を推論しながら考える</p> </div>	
3 「三つの学習場面」の設定	※児童の活動をつなげる
(1) 習得の場面 (保健学習)	<ul style="list-style-type: none"> ・身近な生活と結び付く資料の選定・作成 ・集団思考の場の設定
(2) 活用の場面 (保健指導)	<ul style="list-style-type: none"> ・課題の意識化・共通化を図る「導入」の設定 → 既存の体験などから保健学習で習得した知識・技能を想起させたり、自分の現状について考えたりすることで、問題意識を持たせるとともに、共通に解決すべき問題として学習課題を共有させるもの ・既存の知識・技能へのゆさぶりを図る「題材」の設定 → 学習課題をより具体化したもので、個々の児童が共通に解決すべき日常生活の問題を保健指導の「題材」として設定 → 保健学習で習得した知識・技能を単に当てはめたのでは、その原因や解決方法を導き出せない要素を入れることで、既存の知識・技能へのゆさぶりを起こさせる ・課題解決の方法を発見するためのヒントの用意 → 既存の知識・技能を意味付けたり関連付けたり価値付けたりしながら、健康に関する思考力・判断力を育成するためにももの ・集団思考の場の設定 ・実践への意欲化のための「振り返りの視点」の設定 → 保健学習と保健指導の学びを日常生活と結び付けることで、児童自身の健康課題を明確化し、実践への意欲を高めるもの
(3) 振り返りの場面 (事後指導)	<ul style="list-style-type: none"> ・「振り返りの視点」の基づく実践期間の設定 ・健康の大切さを実感させる観点の設定 ・習得した知識・技能、健康に関する思考力・判断力を日常生活と結び付ける観点の設定

※学習の場をつなげる手立て
 「導入」
 「題材」
 「振り返りの視点」

第5学年 具体モデル「安全な生活を送ろう～危険がひそむところ～」



体育科保健領域学習指導案（習得の場面）

I 単元名 「けがの防止」 第3時「犯罪被害の防止」

II 本時のねらい

犯罪が起りやすい環境と行動の条件がわかる。【知識・理解】

安全な行動、危険回避行動について考え、表現している。【思考・判断】

III 準備 掲示資料1（2008犯罪被害の発生件数、警察庁）、
 掲示資料2（平成23年の不審者情報認知状況、群馬県警）、ワークシート2、

フラッシュカード
 A：犯罪が起りやすい環境 B：犯罪が起りやすい行動 C：「入りやすく見えにくい」
 D：「一人」「暗い」 E：「犯罪に巻き込まれそうになったら助けを求める」

IV 展開

時間	学 習 活 動（□子どもの反応）	○教師の支援と指導上の留意点 ☆評価の観点	●資料等
5	1 学習の見直しをもつ。 前時までの復習をする。	○犯罪被害の防止について学習することを知らせる。 ○けがや交通事故が起こる要因として、環境と行動があることを復習する。	
10	2 犯罪が起りやすいのはどんな場所か考える。 →犯罪が起りやすいのはどんな場所（環境） でしょうか？ Aどこで（具体的な場所） □公園 □駐車場、駐輪場 □道路上（道）	○これまでの生活を振り返ったり、教科書や資料を参考にしたりすることを知らせる。 ○資料1や教科書を基に具体的な環境（場所）と行動を考えさせる。	●掲示資料1 ●掲示資料2 ●フラッシュカードA, B
	3 犯罪が起りやすい行動を考える。 →犯罪が起りやすいのはどんな行動をとった時でしょうか？ Bどんな（行動） □一人の時 □子どもだけの時 □暗くなった時 □知らない人について行った時	○条件を具体的な場所と行動に分けて質問し、板書することにより、児童の思考を整理する。 ☆【知識・理解】犯罪が起りやすい環境と行動の条件がわかる。（観察、発言）	
15	4 誘拐や暴力などの犯罪にあわないように安全に生活するためには、どんな行動をしたらよいか考える。 【グループ：ディスカッション→発表】 →犯罪に巻き込まれないようにするには、どんな行動をとったらよいのだろうか。 (1) 犯罪はどんな場所（環境）、どんな時（行動）起こるのでしょうか？ A場所（環境） □公園 □道路 □駐車場 □駐輪場 キーワード C「入りやすく見えにくい」 B行動 □一人 □子どもだけ □暗い □知らない人について行く キーワード D「一人」「暗い」 (2) どんなことを心がければよいのでしょうか？ □場所と行動の条件が重ならないように気を付ける。	○学習活動2,3で学習したことを基に考えることを知らせる。 ○学習活動2,3で学習したことを基に具体的に考えさせることにより、犯罪が起こるのは場所（環境）と行動の条件がそろって、起こりやすくなることに気付かせる。 ○環境と行動をキーワードにすることにより、一般化する。 ○「入りやすく見えにくい」のような環境で「一人」になる・「暗い」所に行くなど、犯罪が起りやすい条件が重ならないように気を付けること必要であることを確認する。 ○下位の児童には「A(C)でB(D)しない」という作文形式で考えさせる。	●フラッシュカードC, D

	5 犯罪にあわない、あいそうになった時の約束を確認する。	☆【思考・判断】安全な行動、危険回避行動について考え、表現している。(観察, 発言) ○犯罪にあわない、あいそうになった時の約束を「イカのおすし」で確認する。	
5	6 本時のまとめをする。	◎犯罪が A犯罪が起りやすい環境→C「入りやすく見えにくい」 B犯罪が起りやすい行動→D「一人」「暗い」 E巻き込まれそうになったら、「助けを求める」ことを確認する。	●フラッシュカードE
10	6 「こわい！ヒヤリハット体験」の記入をする。 7 次時の学級活動の学習内容を知る。	○自分の経験で、犯罪被害、交通事故、けが等の「こわい！ヒヤリ！ハットした！」体験を思い出させ、ワークシートに記入させる。 ○本時の学習内容を基に、学級活動で「公園で起きた事件の真相を解明しよう！」についてを考えることを知らせ、学習の意欲を高めるようにする。	●ワークシート2

板書計画

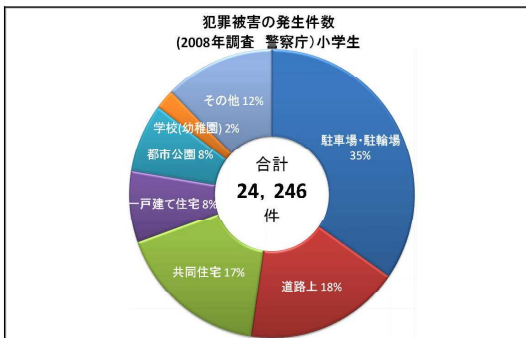
犯罪被害の防止

犯罪に巻き込まれそうになったら
にげる
助けを求める

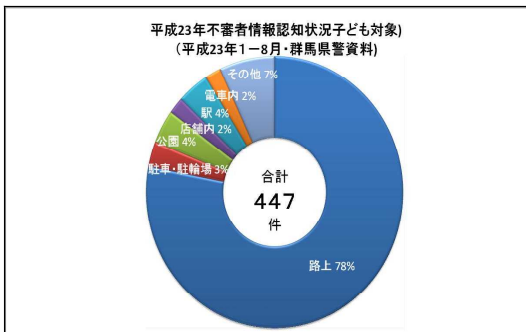
○犯罪に巻き込まれそうになった時の対処法
「いかにおすし」 あなたが知らない人に声をかけられたら？

犯罪が起りやすい場所 (環境)	公園、道路 駐車場、駐輪場		
+	入りやすく見えにくい	①㊦ない ②㊦らない ③おごえでさげぶ ④ぐにげる ⑤らせる	知らない人について行かない 知らない人の車にのらない 「助けて!!」と大きな声を出す こわかったら大人のいる方にすぐにする どんな人が何をしたか、家の人に知らせる
犯罪が起りやすい行動	一人、子どもだけ 暗い、知らない人について行く 「一人」「暗い」		

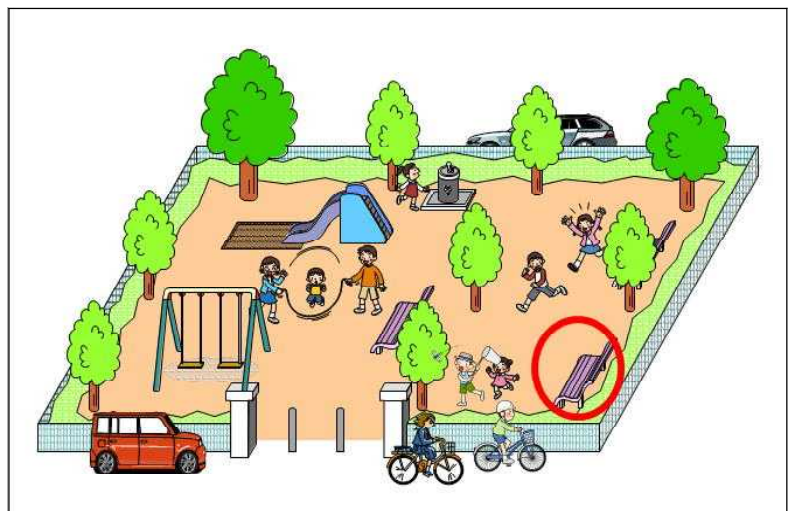
● 掲示資料 1



● 掲示資料 2



● 掲示資料 3



学級活動指導案（活用の場面）

I 題材名 『公園で起きた事件の真相を解明しよう！』（2）カ

II 本時のねらい

既習の知識・技能を活用し、安全に生活するためにはどうしたらよいかを条件に目を向けながら考え、実践しようとしている。【思考・判断・実践】

III 準備 ワークシート1, 2, 掲示資料3（イラスト）

フラッシュカード

A：犯罪が起こりやすい環境 B：犯罪が起こりやすい行動 C：「入りやすく見えにくい」
 D：「一人」「暗い」 E：「犯罪に巻き込まれそうになったら助けを求める」
 F：「心理的に見えにくい状態」

IV 展開

事前指導：体育科保健領域

単元名「けがの防止」 第3時「犯罪被害の防止」	犯罪が起こりやすい環境と行動の条件がわかる。【知識・理解】 安全な行動、危険回避行動について考え、表現している。【思考・判断】
----------------------------	--

本 時：学級活動（2）カ

段階	学 習 活 動（□子どもの反応）	○教師の支援と指導上の留意点 ☆評価の観点	●資料等
導入 (5)	1 ワークシート2「ヒヤリハット体験」を発表する。	○数名の「ヒヤリハット体験」を発表することにより、普段の生活にひそんでいる危険を想起させる。 ○「多くの人がある昼間の公園で起きた事件」について、事件の真相を解明していくことを知らせる。	●ワークシート2
展開 (25)	2 「公園で起きた事件の真相」を考える。 【グループでケーススタディ→発表】 (集団思考：条件に目を向けながら考える) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> →公園で、小学校5年生Aが中学生におどかさ れ、お金を取られるという事件が起きました。 どうして事件は起きたのでしょうか。 ○理由を考え、ワークシートに書く。 □一人でいたから。□一緒にゲームをしたから。 □助けを求めなかったから。逃げなかったから (1) Aは、どうして中学生と一緒にゲームを 始めたのでしょうか。 □ゲームのクリアのしかたを知りたかったから □中学生が優しそうだったから。 □悪い人に見えなかったから。 (2) 周りの人たちは、二人の様子を見てどう 感じていたのでしょうか。 □仲良し。知り合い。 □兄弟、親戚。 →どうして事件は起きたのでしょうか。 □Aにも周りの人にも中学生が不審者(危険な 人、悪い人)に見えなかったから(心理的に 見えにくい状態)。 </div>	○イラスト（資料3）と説明から考えた各自の理由(ワークシート1-A)を書かせることにより、考えを明確にさせる。 ○考えの付け足しは、朱書きで記入させることにより、思考を整理させる。 ○犯罪が起こりやすい場所(環境)と行動を、既習事項から考えさせることで、「一人」でいることで犯罪者が近づきやすく、誘いやすかったことに気付かせる。 ○補助発問(1)から、知らない中学生と一緒にゲームを始めた理由を考えさせることにより、見た目だけでは不審者かどうか判断することができないことに気付かせる。 ○補助発問(2)から、二人の様子を考えさせることにより、周りの人には二人は仲のよい友達(知り合い)あるいは兄弟に見え、危険な状態には見えなかったことに気付かせる。 ○補助発問(1)(2)を踏まえて、再度主発問について考え、ワークシート(1-B)に記入させることにより、環境と行動の二つの条件が、心理的にも重ならないような工夫が大切であることに気付かせる。 ☆【思考・判断・実践】既習の知識・技能を活用し、安全に生活するためにはどうしたらよいかを条件に目を向けながら考え、実践しようとしている。(観察、発言、ワークシート)	●ワークシート1 ●資料3 ●フラッシュカードC, D ●フラッシュカードF
終末 (15)	3 「こわい！ヒヤリハット体験」から、その理由と工夫・改善策を考える。 ----- 4 普段の生活の中の「危険がひそむところ」を見つけることを知る。	○事前に記入した、「こわい！ヒヤリハット体験」について、その理由と対処法を本時の学習を基に考えさせ、発表させる。 ○危険がひそむところや条件の違いによって危険になる場所を見つけ、その理由と対処法について考えていくことを知らせる。また、その記入の方法を知ら	●ワークシート2 ●ワークシート2

<p>※振り返りの視点 「危険がひそむところとその理由、工夫・改善できること」</p>	<p>せる。</p>
---	------------


板書計画

公園で起きた事件の真相を解明しよう！

こわい！ヒヤリハット体験
買い物の帰りが遅くなった。暗くてこわかった。
お店で、高校生に声をかけられた。

多くの危険

「多くの人がいいた昼間の公園で起きた事件」



◎どうして事件は起きたのでしょうか？

- 一人でゲームをしていた
- 「一人」「暗い」
- 犯罪が起りやすい行動
- 一緒にゲームをしていた

入りがよく見えにくい 場所ではない

~~犯罪が起りやすい場所(環境)~~

①Aの気持ち
クリアする方法を知りたい。やさしそう。悪い人じゃないみたい。

②周りの人から見た二人の様子
遊んでいる。友達、知り合い、兄弟。おどされているようには見えない。

心理的に見えにくい状態

犯罪に巻き込まれそうになったらにげる助けを求める

◎どうして事件は起きたのでしょうか？
公園で起きた事件の真相を解明しよう！

事後指導（振り返りの場面）

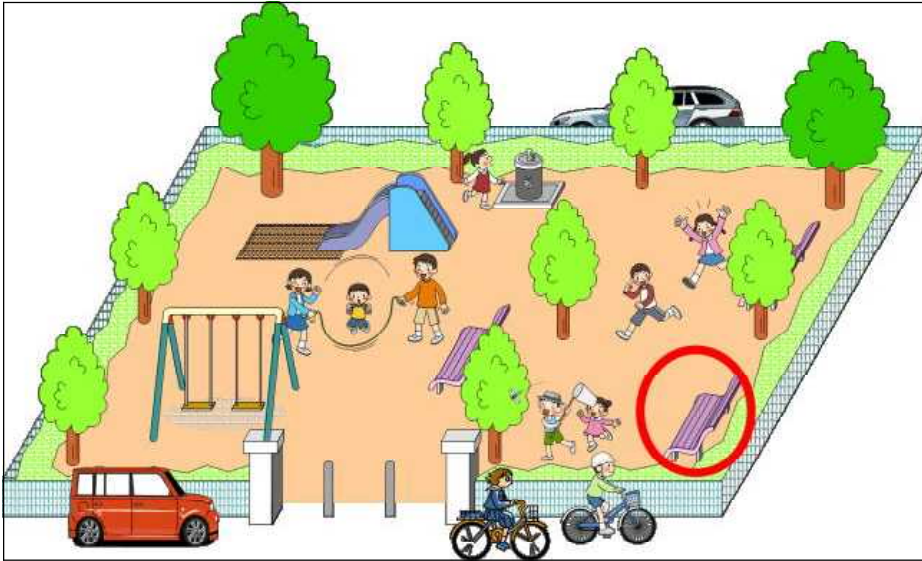
※日常生活、朝・帰りの会

学 習 活 動	○教師の支援と指導上の留意点 ☆評価の観点	資料等
<p>1 振り返りの視点に基づき、一週間の生活を記録する。 ※振り返りの視点 「危険がひそむところとその理由、工夫・改善できること」</p>	<p>○実践記録の確認 ○適切な記録がされているか、適宜指導をする。また、必要に応じて、児童の実践記録の中から参考になるものを提示し、賞賛することにより、実践及び記録が振り返りの視点からずれないようにする。</p>	<p>●ワークシート 2</p>
<p>2 一週間の記録を確認する。 ↓ 身の回りには「危険がひそむところ」が多いこと 安全に対する意識をもつことの大切さに気付く。</p>	<p>○一週間の生活を振り返ることで、多くの「危険がひそむところ」の存在と、普段から安全に対する意識をもつことの大切さに気付かせる。また、これまでの生活と意識を伴う生活との違いを感じ取らせる。</p>	<p>●ワークシート 3</p>
<p>3 これまでの自分を振り返り、「実践後の感想」を書く。 (自己決定)</p> <p>自らの生活を工夫・改善しようとする記述(観点)</p> <p>1 意外なところや場面がたくさんあったことから、</p> <p>①安全を意識して行動していたことに気付いている。 →安全を意識することの大切さに気付いたので、これからも意識していきたい。</p> <p>②安全を意識して行動していなかったことに気付いている。 →危険が多いことに気付いたので、これからは、安全を意識して行動したい。</p> <p>③安全に対する意識はあったが、安全な行動をとれなかったことに気付いている。 →自分に甘えることなく、適切な(安全な)行動をとれるようにしたい。</p> <p>2 あまりなかった。見つからなかった。</p> <p>①その時は気付かなかった。</p> <p>②安全に対する意識が足りなかった。 →安全を意識したい。</p>	<p>○実践から明らかになったことから、より「安全な生活」を送るためにどうしたらよいかを考えさせる。</p> <p>○考えたことを自らの意志決定・行動選択として「これからの生活への決意」を書くことを知らせる。</p> <p>☆【思考・判断・実践】既習の知識・技能を活用し、安全に生活するためにはどうしたらよいかを条件に目を向けながら考え、<u>実践しようとしている。</u> (観察、発言、ワークシート)</p>	

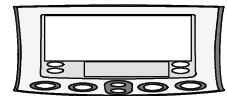
『公園で起きた事件の真相を解明しよう！』

組	番	名前	
---	---	----	--

公園で、小学校5年生Aが見知らぬ中学生におどされ、お金を取られるという事件が起きました。どうして事件が起きたのでしょうか。



- ① 友達と公園で待ち合わせをしたが、友達はきていなかったので、公園のベンチ(○印)で携帯型ゲームをして待っていた。
- ② しばらくすると、Aのところに見知らぬ中学生が寄ってきて、「そこをクリアするためのアイテムと方法を教えてあげるから。」と言われ、一緒にゲームを始めた。
- ③ 公園には、多くの人があった。



A

(1)

(2)

B

今日の決意カード

5 学年健康教育授業モデル ワークシート 2
 安全な生活を送ろう～危険がひそむところ～

組	番	名前
---	---	----

こわい！ヒヤリハット体験



理由

工夫・改善できること

☆記録： キーワード「入りやすく見えにくいところ」☆

月日	曜	発見！危険がひそむところ（場所・場面）	理 由	工夫・改善できること
/	
/	
/	
/	
/	
/	
/	

感想

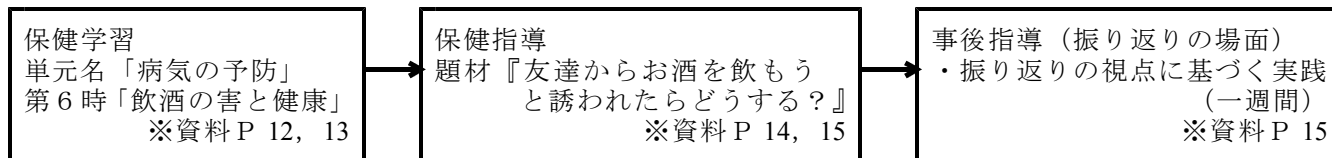
.....

.....

.....



第6学年 具体モデル「健康を守る・創るために」



体育科保健領域学習指導案（習得の場面）

- I 単元名 「病気の予防」 第6時「飲酒の害と健康」
- II 本時のねらい
 - 飲酒が、身体に健康に与える影響がわかる。【知識・理解】
 - 飲酒が、身体に健康に与える害について考え、表現している。【思考・判断】
- III 準備 アルコール飲料の空き容器，アルコール飲料の空き容器の部分写真，ワークシート1
- IV 展開

時間	学 習 活 動 (□子どもの反応)	○教師の支援と指導上の留意点 ☆評価の観点	●資料等
2	1 学習の見直しをもつ。	○飲酒と健康について学習することを知らせる。	
10	2 酒には、アルコールが含まれていること知る。 →「酒の種類」を言ってみよう。 □ビール □日本酒(お酒) □ウイスキー □焼酎 □チューハイ □ハイボール 等 →共通点は何だろう？ □アルコール飲料 □酔う、赤くなる 等	○これまでの生活を振り返り、アルコール飲料の広告や家族が飲んでいたアルコール飲料から想起させる。 ○発表があったものを、酒類別に分類し板書する。商品名が出た場合は、酒類別に板書することで、児童の思考を整理する。 ○発表された酒に共通することを考える際に、「アルコール飲料であること」と「飲酒した場合の症状」を分けて板書することで、児童の思考を整理する。	●アルコール飲料の空き容器
10	3 アルコールが身体に与える影響を知る。 →どうして、容器には「お酒」「お酒は20歳になってから」「アルコール分〇%」などと書かれているのだろうか？ □法律で決まっているから ↓ →どうして法律で決まっているのだろうか？ □酔うから。 □からだに影響が出るから。 ↓ □脳を麻痺させ、注意力や判断力を鈍らせる。 □運動能力が低下する。	○「法律で決まっている」理由は、アルコールの身体への影響があることを押さえ、次の質問へつなげる。 ○アルコールが身体に与える影響について教科書等を基に、教師が次のことを説明する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;">体内に入ったアルコールが、血液によって全身に運ばれ、脳を麻痺させる →注意力や判断力を鈍らせる。 運動能力を低下させる。</div> ○アルコールの度数や量が増えると、身体への影響が大きくなっていくこと、身体への影響や自覚症状には個人差があるが、必ず影響があることを説明する。 ○体内に入ったアルコールが原因で、様々な影響が現れることを説明する。 ☆【知識・理解】飲酒が、身体に健康に与える影響がわかる。(観察、発言、ワークシート)	●アルコール飲料の空き容器の部分写真 ●ワークシート1-1
18	4 アルコールの害について考える。 【グループ：ディスカッション→発表】 →酒を飲んだ時は、自転車や自動車の運転をしてはいけないのはなぜでしょう。 □注意力や判断力が鈍り、事故を起こすから。 □運動能力が低下し、事故を起こすから。 →次のようなお酒の飲み方をするとからだにどんな害が現れるでしょう。 ①一度に大量の飲酒 □脳の麻痺→呼吸や心臓の停止 ②長い期間の大量飲酒 □脳や内臓への負担 □依存症 ③未成年者の飲酒	○これまでの生活、マスメディアからの情報や教科書の資料を話し合いの際の資料とすることを知らせる。 ○自分の考えを言語化させるために、グループで話し合いワークシート1-2にまとめさせる。また、発表させることで、いろいろな考え方にふれさせる。 ○自分の考えを言語化させるために、飲酒についての害を条件ごとにグループで話し合いワークシート1-3にまとめさせる。また、発表させることで、いろいろな考え方にふれさせる。 ○アルコールの害について、3つの視点からそれぞれの害を考えさせることにより、アルコールの害の恐さに気付かせる。	●ワークシート1-2 ●ワークシート1-3

	<input type="checkbox"/> からだ小さいので、影響が大きい。 <input type="checkbox"/> 長期間の飲酒(依存症)になりやすい。	☆【思考・判断】飲酒が、身体の健康に与える害について考え、表現している。(観察、発言、ワークシート)	
5	5 本時のまとめをし、次時の学級活動での学習内容を知る。	○酒にはアルコールが含まれること。アルコールが体内に入ること、身体には様々な影響が現れること。アルコールが体に及ぼす害についてワークシート1の1, 2, 3で確認する。 ◎本時の学習内容を基に学級活動で、「友達からお酒を飲もうと誘われたらどうする?」を考えることを知らせ、学習の意欲を高めるようにする	●ワークシート1



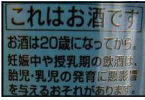
板書計画

飲酒の害と健康

お酒の種類

ビール、日本酒(お酒)
 ウイスキー、焼酎
 チューハイ、ハイボール

アルコール飲料

アルコールがからだへ与える影響

アルコールが体内に入ると血液によって全身へ、脳が麻痺し、注意力や判断力の低下、運動能力の低下を引き起こす。

酒を飲んだ時は、自転車や自動車の運転をしてはいけないのはなぜでしょう。
 注意力・判断力の低下 → 事故を起こすから
 運動能力の低下

アルコールの害

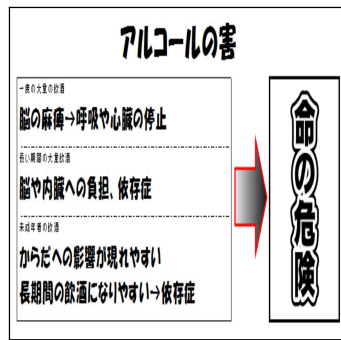
大量の飲酒 → 脳の麻痺 → 呼吸や心臓の停止
 長い期間の大量飲酒 → 脳や内臓への負担、依存症
 未成年者の飲酒 → からだへの影響が現れやすい
 長期間の飲酒になりやすい → 依存症

命の危険

●キャラクターカード



Ken



Aku

●掲示資料1

アルコールがからだへ与える影響

アルコールが体内に入ると血液によって全身へ、脳が麻痺し、注意力や判断力の低下、運動能力の低下を引き起こす。

アルコールの害

大量の飲酒 → 脳の麻痺 → 呼吸や心臓の停止
 長い期間の大量飲酒 → 脳や内臓への負担、依存症
 未成年者の飲酒 → からだへの影響が現れやすい
 長期間の飲酒になりやすい → 依存症

命の危険

アルコールがからだへ与える影響

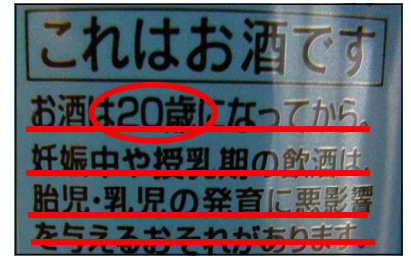
アルコールが体内に入ると血液によって全身へ、脳が麻痺し、注意力や判断力の低下、運動能力の低下を引き起こす。

アルコールの害

大量の飲酒 → 脳の麻痺 → 呼吸や心臓の停止
 長い期間の大量飲酒 → 脳や内臓への負担、依存症
 未成年者の飲酒 → からだへの影響が現れやすい
 長期間の飲酒になりやすい → 依存症

命の危険

●アルコール飲料の空き容器の部分写真



学級活動指導案（活用の場面）

I 題材名 『友達からお酒を飲もうと誘われたらどうする？』（2）カ

II 本時のねらい

既習の知識・技能を活用し、不健康な誘いを断るためにはどうしたらよいか要因や規則性、関係を推論しながら考え、実践しようとしている。【思考・判断・実践】

III 準備 アルコール飲料の空き容器、掲示資料1（ワークシート1の拡大版）

ワークシート1, 2, 3, キャラクターカード（KenとAku）、フラッシュカード

IV 展開

事前指導：体育科保健領域

単元名「病気の予防」 第6時「飲酒の害と健康」	飲酒が、身体の健康に与える影響がわかる。【知識・理解】 飲酒が、身体の健康に与える害について考え、表現している。【思考・判断】
----------------------------	--

本 時：学級活動（2）カ

段階	学 習 活 動（□子どもの反応）	○教師の支援と指導上の留意点 ☆評価の観点	●資料等
導入 (5)	1 学習の見通しをもつ。 →「不健康な生活」ってどんなイメージだろう？ □夜更かし、朝寝坊、食べ過ぎ、 好き嫌い、運動しない 等	○「友達からお酒を飲もうと誘われたらどうする？」 か考えることを知らせる。 ○「不健康な生活」とは、どんな生活を考えさせる。 ○発表された「不健康な生活」を Ken と Aku のキャラクターカードを使い、行動を選択する時の気持ちを言語化させる。	●掲示資料1 ※側面黒板に 掲示 ●キャラクター カード
展開 (30)	2 ロールプレイングを見て、気付いたことを発表する。	○「不健康な生活からの誘い」の中で、保健学習で学習した飲酒について考えることを知らせる。 ○2パターンのロールプレイングを見させ、問題点について発表させることにより、望ましい断り方の構成要素(友人との関係・理由を説明)に気付かせる。 ○ロールプレイングは、児童に考えさせるため教師が行う。	●ワークシート 2-1 ●教師用補助資料
<p>設 定 ア 日曜日の昼過ぎ、幼なじみの友達(T1)の家。 イ 友達(T1)の家族は出かけていて留守。家にいるのは友達とぼくの二人。 ウ 飲み物(缶チューハイ：お酒)を勧められる。</p> <p>受け答え パターン①：友達関係を絶つような飲酒を断る攻撃型。 児童の視点-友達はどう思っただろう？ パターン②：話を受け入れ、飲酒に応じる受け身型。 児童の視点-ぼくは、どう思っただろう？</p> <p>問題点の気付き：視点を明確にし、パターンごとに断り方の問題点を考えさせる。 パターン①攻撃型：そんなにきつく言わなくても…。ひどい言い方だな。もう絶交だよ。帰ってくれ！ 友人関係が壊れてしまう。 パターン②受け身型：親友に言われると断りづらいな。きちんと断ればよかった…。 断り切れずお酒を飲んでしまう。</p> <p>→どうして「ぼく」は断れなかったのだろうか？ □友達だから。 →断るには？ □きちんと説明する。</p>			
	3 断り方を考える。【グループ：ディスカッション→発表】 (集団思考を生かした自己決定)	○問題の解決策(よりよい断り方の発見) パターン①嫌われないように。友達を大切に思う。 パターン②相手が納得するように、理由を説明する。 ○根拠と友人関係を考えて書いている児童を意図的に指名しその内容から、 <u>友人関係を考えて友達を納得させる(説得して)</u> ためには、 <u>断る理由を説明する</u> 必要があることに気付かせる。	●ワークシート 2-2 ●ワークシート 2-3 ●資料1 ※側面黒板 ●フラッシュカード
→自分の言葉で、断ってみよう！ □それ <u>お酒</u> でしょ。 <u>未成年者はからだに影響が出やすいから飲まないよ。</u> <u>友達だから言うけど君も飲まない方がいいよ。</u>			
☆【思考・判断・実践】既習の知識・技能を活用し、不健康な誘いを断るためにはどうしたらよいか <u>要因</u> や			

		規則性、関係を推論しながら考え、実践しようとしている。(観察、発言、ワークシート) ◎友達からの飲酒の誘いから、自分の中の不健康な生活からの誘い(葛藤)につなげる。	
終末 (10)	4 振り返りの視点を基に、普段の生活はいかに不健康な生活からの誘いが多いか。また、その時の気持ちを書くことを知る。 ※振り返りの視点 「選択した行動をその時の気持ち」	○何人かの児童に、学習活動1の「不健康な生活」について、誘いと葛藤(葛藤)を発表させる。 ○その心の中の葛藤(葛藤)を意識させるためにキャラクターカードでペープサートし視覚化・言語化する。 ◎一週間の生活で、不健康な生活からの誘いがどれくらいあるか、また、その時の気持ち(葛藤)を見つめて記録すること、またその記録の仕方を説明する。	●ワークシート3 ●キャラクターカード

板書計画

友達からお酒を飲もうと誘われたらどうする？

不健康な生活って

夜更かし、朝寝坊
 食べ過ぎ、好き嫌い
 運動しない
 風呂に入らない

↑
日常生活
いろいろな誘い
自分の中の誘い

ロールプレイングの設定

ぼく
 幼なじみで
 親友○○君の家

断り方の問題点

パターン① 友達でいられなくなる。
パターン② お酒を飲んでしまう…。

何に、どんなことに
 気を付けて断ればよいのだろう

- ・優しい言葉
- ・嫌われないように
- ・納得させる
- ・説明する

友人との関係

理由を説明

事後指導 (振り返りの場面)

※日常生活、朝・帰りの会

学 習 活 動	○教師の支援と指導上の留意点 ☆評価の観点	資料等
1 振り返りの視点に基づき、一週間の生活を記録する。 ※振り返りの視点 「危険がひそむところとその理由、工夫・改善できること」	○実践記録の確認 ○適切な記録がされているか、適宜指導をする。また、必要に応じて、児童の実践記録の中から参考になるものを提示し、賞賛する。	●ワークシート3
2 自分の健康的な生活への欲求を再確認する。 ↓ 多くの誘いや葛藤の存在 自ら健康に対する意識をもつことの大切さに気付く。 3 これまでの自分を振り返り、「これからの生活への決意」を書く。 (自己決定)	○一週間の生活を振り返らせることで、多くの「不健康な生活からの誘い」の存在とその時の気持ちを確認し、自ら健康でありたいと思って生活することの大切さに気付かせる。また、これまでの生活と健康を意識した生活との違いを感じ取らせる。 ○「不健康な生活からの誘い」の存在や葛藤に気付いたこと、健康に対する意識の大切さに気付いたことを賞賛する。 ○実践から明らかになったことから、より「健康的な生活」のためにどうしたらよいかを考えさせる。 ○考えたことを自らの意志決定・行動選択として「これからの生活への決意」を書くことを知らせる。 ☆【思考・判断・実践】既習の知識・技能を活用し、不健康な誘いからの誘いを断るためにはどうしたらよいか要因や規則性、関係を推論しながら考え、実践しようとしている。(観察、発言、ワークシート)	●ワークシート3

設定：日曜日の昼過ぎ、幼なじみの友達(T1)の家。
 友達(T1)の家族は出かけていて留守、家にいるのは友達(T1)とぼく。
 飲み物(缶チューハイ：お酒)を勧められる。

友達の誘い：これ飲もう。楽しい気分になるよ。(飲酒の誘い。飲むことによる快樂への誘い)
 だれもないから大丈夫だよ。(知られて咎められることがないことからの誘い)
 友達だろう。(友人関係からの誘い)

受け答え

パターン①：強引に断る、友達関係を絶つような飲酒を断る攻撃型。

視点—友達はどう思っただろう？

そんなにきつく言わなくても…。ひどい言い方だな。もう絶交だよ。帰ってくれ！

その結果→友人関係が壊れてしまう。 →友人関係：友達を大切に思う気持ちが必要。

根拠：相手を説得するために説明が必要。

パターン②：話を受け入れ、飲酒に応じる受け身型。

視点—ぼくは、どう思っただろう？

親友に言われると断りづらいな。どうして飲まないとはっきり言えなかったのだろう。

きちんと断ればよかった…。からだは大丈夫かな…心配だな。

その結果→断れずお酒を飲んでしまう。 →友人関係：友達からの誘いによる甘えや飲酒に対する好奇心に勝つ。

根拠：断るためにきちんと説明する。

受け答え具体例

ターン①：強引に断る、友達関係を絶つような飲酒を断る攻撃型。

友達の誘い (つぶやき)	ぼくの回答 (つぶやき)
A：これ飲もう。楽しい気分になるよ。 (せっかく出してあげたのに・・・)	いやだよ！それお酒だろ？
B：だれもないから大丈夫だよ。 (一緒に飲もうと思ったのに・・・)	いらないよ！一人で飲めば！
C：友達だろう。 (何だよそれ！帰りたければ帰れば！)	うるさいな！一人で飲めばって言っているでしょう！ そんなに言うならもう帰る(´へ´)フンッ。！

※最終的に、ぼくは友達関係を考えずに怒って帰ってしまう。それを見た友達も、怒る。

友達関係が壊れる(けんか別れになる)ことが児童に伝わるように演技する。

友達関係の崩壊

パターン②：断り切れず話を受け入れ、飲酒に応じる受け身型。

友達の誘い (つぶやき)	ぼくの回答 (つぶやき)
A：これ飲もう。楽しい気分になるよ。	何にそれ？ (もしかしてお酒。？なんかおいしそうだな…)
B：だれもないから大丈夫だよ。	でも… (どうしよう。 ばれなきゃ、飲んでも大丈夫かな～)
C：友達だろう。	そうだよ。 <u>少しだけなら…</u> (飲んでも少しなら、からだへの影響は少ないだろう…)

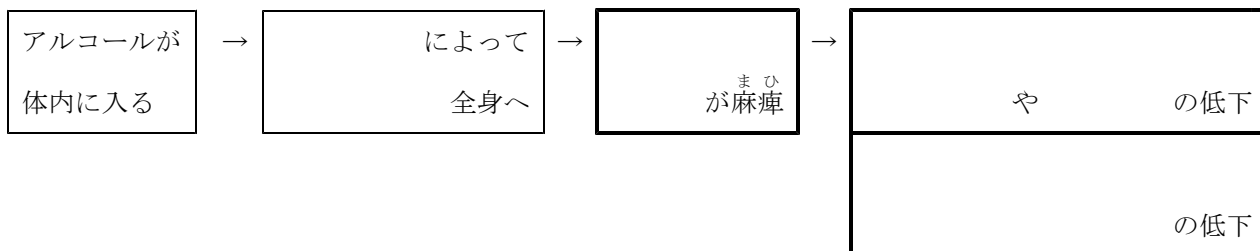
※最終的に、ぼくは飲酒してしまう(するであろうと予想できる)ことが児童に伝わるように演技する。

飲酒による健康被害発生の危険

「飲酒の害と健康」

組	番	名前
---	---	----

1 アルコールがからだへ与える影響についてまとめよう



2 酒を飲んだ時は、自転車や自動車の運転をしてはいけないのはなぜでしょう。

自分の考え

他の人の意見から

	+	
--	---	--

3 次のようなお酒の飲み方をするとからだにどんな害が現れるでしょう。

自分の考え

他の人の意見から

一度に大量の飲酒	+		
長い期間の飲酒			
未成年者の飲酒			

友達からお酒を飲もうと **さそわれた** らどうする？

組	番	名前	
---	---	----	--

1 ロールプレイングを見て、考えよう。

ロールプレイング(役割演技)



設定：幼なじみの友達の家
 友達の家族は出かけていて留守
 家にいるのは友達とぼく
 缶チューハイ(お酒)を勧められる

パターン① [友達は、どう思っただろう？]

問題点

パターン② [ぼくは、どう思っただろう？]

問題点

2 何に、どんなことに気を付けて断ればよいのだろうか？

3 自分の言葉で断ってみよう。

友人からの誘いを断る時に大切なこと

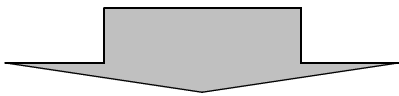
--	--

これからの生活への決意

第6学年健康教育授業モデル ワークシート3
健康的な生活を守る・創るために

組	番	名前
---	---	----

月 日	曜日		気 持 ち
/		-----	^o^ . _ . x_x
/		-----	^o^ . _ . x_x
/		-----	^o^ . _ . x_x
/		-----	^o^ . _ . x_x
/		-----	^o^ . _ . x_x
/		-----	^o^ . _ . x_x
/		-----	^o^ . _ . x_x



これまでのわたし・ぼく



《これからの生活への決意》