

3 健康と意思決定・行動選択

はじめに

学習指導要領にどのように書かれているかを確認することから始めます。この単元は学習指導要領上の位置づけとしては、**ア 健康の考え方** (ウ) 健康に関する意思決定や行動選択 の内容に該当します。

指導要領解説には、

健康を保持増進するには、適切な意思決定や行動選択が必要であり、それらには個人の知識、価値観、心理状態、及び人間関係などを含む社会環境が関連していることを理解できるようにする。

また、適切な意思決定や行動選択を行うには、十分に情報を集め、思考・判断すること、行動にあたっては自分なりの計画・評価を行うこと、及び社会的な影響力に適切に対処することなどが重要であることについて触れるようにすること。

※この内容は「保健」の内容全体にかかわるものである。ここでは、概念的な理解を促すこととし、特に関連の深い「イ健康の保持増進と疾病の予防」などにおいて具体的な内容をもとに理解を深めることにします。

【理解できるようにすること】

- 健康を保持増進するには、適切な意思決定や行動選択が必要であること。
- 適切な意思決定や行動選択をするには、社会環境が関連していること。

【触れるようにすること】

- 適切な意思決定や行動選択を行うには十分に情報を集め、思考・判断すること。
- 実際に行動する際には、自分なりの計画・評価を行うこと。
- 社会的な影響力に適切に対処すること。

授業づくりの実際（指導と評価の一体化を意識して）

内容の取扱いの（８）には、指導に際しては、知識を活用する学習活動を取り入れるなどの指導方法の工夫を行うものとする。となっています。これは、「保健」の指導に当たっては、知識の習得を重視した上で、知識を活用する学習活動を積極的に行うことにより、思考力・判断力等を育成していくことを示したものである。指導に当たっては、ディスカッション、ブレインストーミング、ロールプレイング（役割演技法）、実習や実験、課題学習などを取り入れること、地域や学校の実情に応じて養護教諭や栄養教諭、学校栄養職員など専門性を有する教職員等の参加・協力を推進することなど多様な指導方法の工夫を行うよう配慮することを示したものです。

《例示》

【知識・理解】→指導方法と評価方法の検討

- 健康に関する意思決定や行動選択とはどういうことか。
- 意思決定や行動の選択に影響を与える個人的要因とはどのようなものか。
- 意思決定や行動の選択に影響を与える社会的要因とはどのようなものか。

【思考・判断】→指導方法と評価方法の検討

- 触れるようにすることの３つの具体例をそれぞれ考え発表する。

【関心・意欲・態度】→評価方法の検討

- 今日の学習のどの場面でどのように評価するか。

上記の指導方法や評価方法を念頭に、指導内容の順序や発問の仕方、知識を活用する学習活動の取り入れ方などを工夫し、１時間の授業を組み立てていきます。

本単元のキーワード

「意思決定・行動選択」「セルフエスティーム」「動機」「失敗例と成功例」「自分事として捉える」