

第○学年 保健体育科（保健）学習指導案

令和○年○月○日（○曜日）

○校時（○○：○○～○○：○○）

第○学年○組○名

場所： ○組教室

指導者 ○ ○ ○ ○

保健の中で「技能」を目標にする単元は「安全な社会生活」である。

1 単元名 「健康の考え方（国民の健康課題）」

2 単元の目標  
（知識）

- ・国民の健康課題について、我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して理解したことを発言したり、記述したりすることができるようにする。
- ・健康水準、及び疾病構造の変化には、科学技術の発達、及び生活様式や労働形態を含む社会の状況が関わっていることを発言したり、記述したりすることができるようにする。

（思考力・判断力・表現力等）

- ・国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理し、それらを説明できるようにする。

（学びに向かう力・人間性等）

- ・国民の健康課題について、理解したことを発言したり記述したりするなどの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。
- ・自他の健康やそれを支える環境づくりに関心をもち、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにすることを目指すことができるようにすること。

※学習指導要領を踏まえ、本単元で育成すべき資質・能力を明確にする。

※「学習指導要領解説の3内容」から語尾を「～できるようにする」に変えて記載する。

※知識・技能、思考力・判断力・表現力等、学びに向かう力・人間性等の順で表示する。

3 単元について

（1）教材観 ※学習指導要領解説を参考に、教材の特徴を明記する。

我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康課題や健康の考え方が変化するとともに、様々な健康への対策、健康増進の在り方が求められている。したがって、健康を保持増進するためには、一人一人が健康に関して深い認識をもち、自らの健康を適切に管理すること及び環境を改善していくことが重要であることを理解できるようにする必要がある。

また、個人の行動選択やそれを支える社会環境づくりなどが大切であるというヘルスプロモーションの考え方に基いて現代社会の様々な健康課題に関して理解するとともに、その解決に向けて思考・判断・表現できるようにすることをねらいとする。

（2）生徒観 ※生徒のこれまでの学習の様子や教材に対する知識などの実態を明記する。

本校では学校生活の中で健康・安全に関する取組を保健委員会が中心となり行っている。そうしたことから、生徒の健康・安全に対する関心は高い。

本単元に関連する内容として、中学校の保健領域では、健康の成り立ちと疾病の発生要因について学んでいるが、ヘルスプロモーションという考え方については、十分に理解してはいない。

（3）指導観 ※上記の教材観や指導観から、教師がどのような内容に力点を置いて指導していくかを具体的に明記する。

各種の健康指標を提示しながら、我が国の疾病傾向の変化や健康課題を理解させる。またその解決に向けては、生活の質の向上と健康寿命に関わる個人的な取組とヘルスプロモーションという社会環境づくりの大切さについて理解させる。

4 指導と評価の計画 ※ここでは、現行の学習指導要領を基に作成したパワーポイント教材を用いて指導することを仮定して作成した。

|             |   | 第1時（本時）                                                                           | 第2時                                                                                     | 第3時                                                                                      | 第4時                                                                                                     |
|-------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 現行          |   | 国民の健康水準と疾病傾向の変化                                                                   | 健康の考え方と成り立ち                                                                             | 健康に関する意思決定や行動選択                                                                          | 健康に関する環境づくり                                                                                             |
| 主な学習内容・学習活動 |   | 国民の健康課題                                                                           | 健康の考え方と成り立ち                                                                             | 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくり①                                                           | 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくり②                                                                          |
|             |   | ○我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病傾向の変化から健康課題をあきらかにすること。                            | ○健康水準の向上や疾病傾向の変化に伴い、健康の考え方が変化していること。また、健康の成立には主体要因と環境要因が関わっていること。                       | ○適切な意思決定や行動選択には、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。                                 | ○一人一人が健康に関心をもち、ヘルスプロモーションの考え方に基づき、環境づくりを進めることが重要であること。                                                  |
|             |   | 1 各種の指標をもとに健康課題を整理する。<br>2 疾病構造の変化について考える。<br>3 最近の健康問題について、なぜそれが問題になっているか考え発表する。 | 1 健康の考え方の変化について整理する。<br>2 健康の成立について、主体要因と環境要因にわけて整理する。<br>3 自分の健康にとって重要な要因についての考えをまとめる。 | 1 意思決定や行動選択に影響を与える要因について考える。<br>2 意思決定や行動選択を実現するための工夫について整理する。<br>3 自分の健康課題の解決方法について考える。 | 1 健康づくりを支える環境づくりについて整理する。<br>2 ヘルスプロモーションの考え方に基づく環境づくりについて考える。<br>3 受動喫煙や歩きたばこ問題への対処方法として考えられる社会環境を考える。 |
| 評価機会等       | 知 | ワークシート                                                                            | ワークシート                                                                                  | ワークシート                                                                                   | ワークシート                                                                                                  |
|             | 思 | 観察・発表<br>ワークシート                                                                   |                                                                                         |                                                                                          | ワークシート                                                                                                  |
|             | 学 |                                                                                   | 観察<br>ワークシート                                                                            | 観察<br>ワークシート                                                                             |                                                                                                         |

※主な学習内容・学習活動については、「健康の考え方」の内容から記載している。  
 ※配当時間については、「理解できるようにする」ために必要な時数を基に単元計画を作成。  
 ※○数字は小単元の時間数である。  
 ※生徒の主な学習活動については、1～3の数字で示した。

## 5 本時の展開（1／4時間）

### （1）国民の健康課題

### （2）本時の目標

（知識）

・国民の健康課題について、我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して理解したことを発言したり、記述したりすることができるようにする。

（思考力・判断力・表現力等）

・最近の健康問題について、なぜそれが問題になっているかを考えて、記述したり、発表できるようにする。

### （3）展開

| ねらい ○中心となる指示や発問 ◆評価 |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                          |           |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 流れ                  | 主な学習活動・学習内容                                                                                                                                                                                                              | 指導上の留意点・支援・評価                                                                                                                                                                                                                            | 資料等       |
| 導入<br>5分            | <ul style="list-style-type: none"> <li>挨拶をする</li> <li>本時の授業内容を知る</li> </ul>                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>○「それでは授業を始めます。おはようございます」</li> <li>・出席の確認</li> <li>・ワークシートの配布</li> <li>○本時の教材の提示（スライド1）「国民の健康課題」</li> <li>今日のポイント</li> <li>・健康課題の変化について理解</li> <li>最終目標</li> <li>・健康課題を解決するためにどうしたらよいか。</li> </ul> | スライド<br>1 |
|                     | <div>国民の健康課題や健康状態はどのように知ることができるかな？</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各自ワークシートに書く。<br/>例）平均寿命、死亡率など</li> <li>・健康指標とは何かを理解する</li> </ul>                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>○「では何人かに発表してもらいます。」</li> <li>・健康指標の説明</li> </ul>                                                                                                                                                  |           |
| 展開1<br>15分          | <div>教科書の図1（平均寿命の国際比較）と図2（年齢別にみた死亡率の比較）から気づいたことを書いてみよう。</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各自ワークシートに書く<br/>例）</li> <li>・日本の平均寿命は低かったが、今や世界1</li> <li>・0歳児の死亡率が大きく減少している。</li> <li>・高齢者の死亡率も減少している。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○「では何人かに発表してもらいます。」</li> <li>◆ 我が国の死亡率、平均寿命の指標を通して理解したことを発言したり、記述したりすることができるか。（発表・ワークシート）</li> </ul>                                                                                              |           |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |           |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
|              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・説明をよく聞き、理解を深める。</li> <li>・ワークシートの空欄に書く。</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・各自教科書を読み、ワークシートの空欄に書く。</li> <li>・説明をよく聞き、理解を深める。</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・宿題として、次時までには調べ、ワークシートに書く。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・平均寿命ののびと死亡率の低下について説明<br/>○「スライド」の①の空欄に適当な語句を入れて文章を完成させてみよう。」</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>○教科書の（２）健康水準向上の背景を読んで、スライドの②の空欄に適当な語句を入れてみよう」</li> <li>・全員が書いたら、社会経済の発展と科学技術の発展と健康水準の子往生について具体例をあげて説明する。</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>○健康指標の中で「粗死亡率」「年齢調整死亡率」「平均寿命」のどれか一つを次回の授業までに調べておきましょう。（宿題）</li> </ul> |           |
| 展開 2<br>10 分 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">           スライドの図（死因別死亡割合）と教科書の図 4（受療率の移り変わり）からわかる健康課題の変化について書いてみよう。         </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各自ワークシートに書く<br/>例）</li> <li>・昔は結核や肺炎や胃腸炎が上位。今は悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患が上位</li> <li>・感染症及び寄生虫症が減少し、循環器系の病気やがんが増えている。</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・ワークシートの空欄に書く。</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・説明をしっかりと聞き、大切だと思うことをワークシートに書く。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○「では何人かに発表してもらいます。」</li> <li>◆ 我が国の死亡割合や受療率の指標を通して理解したことを発言したり、記述したりすることができているか。（発表・ワークシート）</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>・発表内容を確認しながら、スライド 2 の「①生活習慣病の増加」の文章の空欄に記入する。</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>○新たな健康問題についてスライド 2 の②をもとに説明する。</li> </ul>                                                           | スライド<br>2 |
| 展開 3<br>15 分 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">           最近、新聞やテレビでみた健康問題を書いてみよう。いくつかけるかな。         </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各自ワークシートに書く</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・机間巡視をして、生徒の取組状況を確認する。</li> <li>・最近の出来事で思いつかない生徒は、過去のものでも良いこととする。</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                           | スライド<br>3 |

|                   |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | <div> また、それがなぜ問題になっているのか考えてみよう。 </div>                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・各自ワークシートに書く</li> <li>・自分の書いた内容を発表する。</li> <li>・相手の発表をよく聞く。</li> <li>・相手の発表を聞いた感想をワークシートに書く。</li> <li>・感想を相手に発表する。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・机間巡視をして、生徒の取組状況を確認する。</li> <li>○2人一組となり、互いに書いたことを発表し合う。</li> <li>○相手の発表を聞いて感じたことを書いて、相手に伝えよう。</li> </ul>                                                                                                        |
| <p>まとめ<br/>5分</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・今日の学習を通して、我が国の健康課題と考えられることをワークシートに書く。</li> <li>・話をよく聞く。</li> <li>・挨拶をする。</li> </ul>                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>○本時を振り返り、我が国の健康課題は何かを書いてみよう。</li> <li>◆ワークシートの記載内容により理解度を確認する。(知識)</li> <li>○次時の予告 <ul style="list-style-type: none"> <li>・次時の始めにこのワークシートを回収するので、宿題をやっておくこと。</li> </ul> </li> <li>○「今日の授業はこれで終わります。礼」</li> </ul> |

## 6 準備

- (1) 提示資料     パワーポイント教材
- (2) 配布資料     ワークシート