

【高等学校】 第1学年 「保健体育科（科目保健）」の指導計画

単元名	内容のまとめり
生活習慣病などの予防と回復	(1) 現代社会と健康
単元の目標	
<p>(1) 【知識及び技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病などの予防と回復について、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践や疾病の早期発見、及び社会的な対策が必要であることを理解することができるようにする。 <p>(2) 【思考力、判断力、表現力等】</p> <ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病などの予防と回復に関する情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明できるようにする。 <p>(3) 【学びに向かう力、人間性等】</p> <ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病などの予防と回復について、自他や社会の健康の保持増進や回復、それを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。 	

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
	<p>①生活習慣病のリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要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。</p> <p>②がんには、肺がん、大腸がん、胃がんなど様々な種類があり、生活習慣病のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③生活習慣病などの予防と回復には、個人の取組とともに、健康診断やがん検診の普及、正しい情報の発信など社会的な対策が必要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。</p>	<p>①生活習慣病などの予防と回復について、それに関わる事象や情報などについて、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見するとともに、習得した知識を基に、自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。</p> <p>②生活習慣病などの予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ワークシートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。</p>	<p>①生活習慣病などの予防と回復について課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとしている。</p>

指導と評価の計画（全5時間）

時間	ねらい・学習活動	知	思	態	評価方法
1	1 中学校で学んだ生活習慣病に関する知識について、クイズ形式で整理する。 2 代表的な生活習慣病の種類と要因について説明を聞き、ワークシートにまとめる。 3 生活習慣病の予防と回復のために必要な一次予防と二次予防について、個人でまとめる。 4 生活習慣病の予防に関する課題について、グループで意見交換し、ワークシートにまとめる。	①	①		観察 ワークシート
2	1 前時までの学習を振り返る。 2 生活習慣病の一つであるがんについて、基本的知識等に関するアンケートに答える。 3 がんについて、その発生のしくみやリスク要因、おもながんの種類と原因についての説明を聞き、ワークシートにまとめる。 4 がんのリスクを軽減できる生活習慣について、グループで話し合う。	②			観察 ワークシート
3	1 前時までの学習を振り返る。 2 がんにおける、一次予防と二次予防、治療と回復の三次予防について説明を聞き、ワークシートにまとめる。 3 がんになったときの不安や疑問をグループで話し合い、がんとともに生きる社会づくりのために必要なことや課題について考える。 4 がんとともに生きる人々を支える取り組みについて調べてまとめる。	③			観察 ワークシート
※ 本 時	1 前時までの学習を振り返る。 2 がんの治療と回復について、おもな治療法、緩和ケアについて説明を聞き、ワークシートにまとめる。 3 がんとともに生きる社会づくりのために、治療と社会生活の両立について、個人でできること、社会的な取り組みとして求められることについて個人及びグループで考え、発表する。 4 がん患者と関わる機会のある看護師の方への質問を考え、ワークシートにまとめる。 5 外部講師による講話に向けた心構えについて説明を受ける。		②		観察 ワークシート
5	1 外部講師による講話を聴いて感じたこと、これまで学習した内容を今後の生活にどう活かすかを感想としてまとめる。			①	ワークシート

本時の指導案（4/5時間）

<p>本時の目標</p>	<p>「がんとともに生きるために」をテーマに、がん治療と社会生活の両立のために、個人でできること、社会的な取り組みが求められることについて、さまざまな視点から考え、説明することができる。</p> <p>◆生活習慣病などの予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ワークシートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。</p>		
<p>段階</p>	<p>学習内容と学習活動</p>	<p>学習形態</p>	<p>教師の指導と支援（◆評価規準と方法）</p>
<p>導入</p>	<p>1 前時までの学習を振り返る。</p> <p>2 本時の目標を提示し、学習内容について確認する。</p>	<p>全体 全体</p>	<p>○がんの予防と、がんとともに生きる社会づくりのために必要なことを確認する。</p> <p>○講話のテーマに触れつつ、本時の目標を理解させる。</p>
<p>本時の目標：がんとともに生きるために必要なことは何か、さまざまな視点から考える。</p>			
<p>展開</p>	<p>3 がんの治療法、緩和ケアについて教科書を見ながら説明を聞き、ワークシートにまとめる。</p> <p>◎グループ活動における約束事、役割の確認と役割分担</p> <p>4 がん治療と社会生活の両立について、個人でできること、社会的な取り組みが求められることについて個人で考え、ワークシートにまとめる。 各グループで個人の意見を発表しながら、さらに話し合う。</p>	<p>個人 個人 ↓ グループ</p>	<p>○治療と社会生活の両立に関わって、それぞれの治療法のメリット・デメリットに触れながら説明する。</p> <p>○前時の「がんになったときの不安や疑問」にも触れ、なるべくたくさんの意見が出るよう助言する。</p> <p>○そう考えた理由も合わせて発表し合うよう指示する。</p>
<p>◆思・判・表－② 生活習慣病などの予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ワークシートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。</p>			
	<p>5 がん患者と接する機会のある看護師へ聞いてみたい質問を個人及びグループで考え、ワークシートにまとめる。</p> <p>6 各グループから出た質問内容について全体で共有する。</p>	<p>個人及びグループ</p>	<p>○教科書には書かれていないような、次時の講話につながる内容となるよう助言する。</p> <p>○すでに学んだ内容に関する質問については、振り返りを兼ねてその答えを確認する。</p>
<p>まとめ</p>	<p>7 単元のまとめとしての講話に向けた心構えについて説明する。</p>	<p>全体</p>	<p>○事前に質問は講師へ伝え、それに答える形で講話が進められることを伝える。</p>

工夫のポイント

単元のまとめとしての講話に向けて、事前に講師への質問項目を考えさせることで、既習の知識についての確認と、より深く学びたい内容を整理することができると思った。また、多くの質問の中からどの質問について触れるかは講師にお任せしたため、より真剣に内容を理解するべく聴くことができると考えた。

