

第2学年2組 保健体育科学習指導案

日 時：令和5年12月12日（火）第6限

指導者：T1

講 師：T2（専門医）

場 所：2年2組教室

1 単元名 生活習慣病などの予防

2 単元の目標

- (1) 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。【知識】
- (2) 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策を考え、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。 【思考力、判断力、表現力等】
- (3) 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。 【学びに向かう力、人間性等】

3 指導に当たって

(1) 教材観

がんは、我が国の死亡原因の第1位であり、2人に1人の確率で罹患し、3人に1人がそれにより亡くなると言われている。本教材は、生活習慣病の予防について学ぶと同時に、がんについて深く学ぶことで、病気についての理解を深め、基本的な生活習慣の定着の大切さについて考えたり、早期発見・治療の重要性について学んだりすることができる教材である。

(2) 生徒観

本学級は、落ち着いて学習することのできる生徒が多く、意欲的な姿勢で取り組むことができる。生活習慣病の予防については事前に学習し、生活習慣と病気の関連についての予備知識はある。事前に実施したアンケートの結果では、がんの学習が「重要」だと感じている生徒は93%である一方で、具体的な生活習慣病を正しく選択できた生徒は62%にとどまった。

この結果から、がん教育についての関心が高く、日頃の生活習慣が大切であるという意識もあるが、生活習慣とがんをはじめとする病気との関連性については満足できる状況にはない。

(3) 指導観

本学習を通して、がんの発生要因や予防法を理解することで、生涯を通して健康で豊かな生活を営む態度を養いたい。がんの正しい知識を身に付け、がんが身近な病気であることを理解させることで、主体的な学習となるようにする。本時では、専門医からの話を聴き、より深い知識を身に付け、予防策についても考えることで、自己の健康的な生活につなげられるようにする。

4 単元（題材）の指導・評価計画（総時数3時間）

	小単元名	主な学習活動	評価規準	評価の観点		
				①	②	③
一	生活習慣病の起こり方	生活習慣病とは、どのような病気か知る。	①不適切な生活行動を若い年代から続けることによって、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。	○	○	

二	生活習慣病の予防	生活習慣病を予防するために、自分ができることを考える。	①生活習慣病を予防するには、適切な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。	○	○
三	がんの予防	<ul style="list-style-type: none"> ・がんの症状や要因を知る。 ・がんを予防するために自分ができることを考える。 	①がんの要因や予防方法について理解したことを言ったり書いたりしている。講師の話聞く中で、早期発見や疾病の治療について理解を深めている。	○	

①知識及び技能 ②思考力、判断力、表現力等 ③学びに向かう力、人間性等

5 本時の学習（第3時）

(1) 小単元名 生活習慣病の予防 がんの予防

(2) 本時のねらい がんの要因や予防方法について理解したことを言ったり書いたりすることができるようにする。

【知識・技能】

(3) 準備・資料等 パソコン、モニター、ワークシート、付箋、Chromebook

(4) 本時の展開

時間	学習活動	指導上の留意点	評価 (観点、方法等)
2	1. 既習事項を確認する。 ○「生活習慣病」とはどんな病気でしたか。 ・生活習慣が原因となって発症する。 ・がんって生活習慣病？ ・がんも生活習慣病だ。	・全員挙手の場面（病気に関するクイズ）を設定し、本時の学習に向う雰囲気をつくる。	
3	2. 課題を確認する。 ○今日はがんの専門医の先生をお迎えして、みなさんと一緒にこの課題について考えたいと思います。	・講師の先生を紹介する。 がんは身近であることを伝えてもらうことで、興味を持たせる。	
がんを予防するために、私たちができることは何だろうか？			
25	3. がんの予防に関して、自己の考えと見通しをもち、他者と交流することで考えを深める。 ○がんについて知っていることをまず挙げてみましょう。 ・日本人の死因として上位。 ・たばこが原因。 ・抗がん剤は痛い。 ・私の家族で罹患した人いるよ。		

<p>10</p>	<p>○予防法を考えるためにはもう少し情報が必要ですね。先生が知っている範囲でまとめました。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事のメニューが関係あるの？ ・肥満の人がなりやすいのかな。 <p>○がんを予防するために、できることは何でしょう？</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タバコを吸わない。 ・生活習慣病だから… ・食事と運動が大切だろうな。 <p>○考えをグループで交流しましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事、運動、その他で分けよう。 ・前の時間に学習したことが使えそうだな。 ・運動習慣はきっと関係がある。 ・大腸がんが多いから、食物繊維が大切なんだろう。 <p>6. がんについて専門的な知識を得る。</p> <p>○専門医の先生に、みなさんの考えについての講評をしてもらい、さらに詳しいことを教えてもらいましょう。後で質問も受け付けます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣を正せば、絶対にがんにならないのかな。 ・私の家族はたばこを吸わないのに肺がんだったんだけど、どうしてだろう？ 	<ul style="list-style-type: none"> ・がん罹患のリスクの高い食事と低い食事，高いBMIと低いBMIをモニターで可視化することで，考えを焦点化させる。 ・考えたことを書き出し，交流しやすくする。 ・付箋をグループごとにJamboardに出しながら，分類していく。 ・時間を区切って他のグループの様子も見に行くことで，より多様な考えに触れられるようにする。 ・講師（T2）による説明を行う。生徒の話し合いの中で出てこなかった点について特に強調するようにする。 	
<p>5</p>	<p>がんを予防するためには、基本的な生活習慣を確立することが大切だけでなく、早期発見・早期治療が重要であるため、定期的に検診を受けることも必要だ。</p>		
<p>5</p>	<p>8. がんを予防するために大切なことを家族や大切な人に、どのように伝えるか書く。</p>	<p>○家族や大切な人へのアドバイスという形で記入するよう指示する。</p>	<p>○がんの要因や予防方法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>5</p>	<p>9. 専門医にがんについて気になることを質問する。</p>		<p>【知識・技能】 (ワークシート)</p>