

**小学校 体育科（保健領域）**  
**単元名 「病気の予防」（第6学年）**

**1 単元の目標**

- (1) 病気の起こり方，病原体が主な要因となって起こる病気の予防，生活行動が主な要因となって起こる病気の予防，喫煙，飲酒，薬物乱用と健康，地域の様々な保健活動の取組について，理解することができるようにする。
- (2) 病気の予防について，課題を見付け，その解決に向けて思考し判断するとともに，それらを表現することができるようにする。
- (3) 病気の予防について，健康や安全の大切さに気付き，自己の健康の保持増進や回復に進んで取り組もうとすることができるようにする。

**2 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病気は，病原体，体の抵抗力，生活行動，環境などが関わり合って起こることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>②病原体が主な要因となって起こる病気の予防には，病原体の発生源をなくしたり，うつる道筋を断ち切ったり体の抵抗力を高めたりしておく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>③生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には，運動を日常的に行うこと，偏った食事や間食を避けたりすることなど，健康によい生活習慣を身に付ける必要があることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>④生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には，口腔の衛生を保ったりすることなど，健康によい生活習慣を身に付ける必要があることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>⑤喫煙は，呼吸や心臓のはたらきに対する負担などの影響がすぐに現れることや受動喫煙により周囲の人の健康にも影響を及ぼすことについて，理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>⑥飲酒は，判断力が鈍る，呼吸や心臓が苦しくなるなどの影響がすぐに現れることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>⑦薬物乱用は，一回の乱用でも死に至ることがあり，乱用を続けると止められなくなり，心身の健康に深刻な影響を及ぼすことについて，理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>⑧人々の病気を予防するために，保健所や保健センターなどでは，健康な生活習慣に関わる情報や予防接種などの活動が行われていることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>①病気の予防について，病気の起こり方に関わる事象から課題を見付けている。</p> <p>②病原体が主な原因となって起こる病気の予防について，学習したことを活用して，予防の方法を考えたり，適切な方法を選んだりしている。</p> <p>③生活行動が主な要因となって起こる病気の予防について，学習したことを自分の生活と比べたり，関連付けたりするなどして適切な解決方法を考えている。</p> <p>④喫煙・飲酒が健康を損なう原因となることについて，なぜ健康への影響があるか，考えたことを学習カードに書いたり，友達に説明したりしている。</p>	<p>①病気の予防について，課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習や，教科書や資料を調べたり，自分の生活を振り返ったりするなどの学習に進んで取り組もうとしている。</p>

### 3 指導と評価の計画（4時間扱い）

	主な学習内容・学習活動	知	思	態	評価方法
1	○病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などが関わり合っ て起こることを理解する。 ○病気の予防について話し合い、課題を見付ける。	①	①		観察 ワークシート
② 本 時	○インフルエンザなどの身近な感染症の予防には、病原体の発生源 をなくすこと、病原体が体内に入るのを防ぐこと、体の抵抗力を 高めておくことが必要であることを理解する。 ○学習したことを活用して、病原体が主な要因となって起こる病気 の予防について考え、表現する。	②	②		観察 ワークシート
3	○心臓や脳の血管が硬くなったりつまったりする病気の予防には、 健康によい生活習慣を身に付ける必要があることを理解する。 ○学習したことを生かして、病気の予防に有効なよりよい生活行動 について考え、表現する。	③	③		観察 ワークシート
4	○むし歯や歯ぐきの病気など、生活行動が主な原因となって起こる 病気の予防には、望ましい生活習慣を身に付ける必要があることを 理解する。	④		①	観察 ワークシート
5	○受動喫煙により周囲の人々の健康にも影響を及ぼすこと、低年齢 からの喫煙は害が特に大きいこと、法律で禁止されていることを 理解する。好奇心や周りの人からの誘いなどがきっかけで喫煙を 開始する場合があることを理解する。	⑤			観察 ワークシート
6	○飲酒による健康への影響について理解し、低年齢からの飲酒は、 害が特に大きいこと、法律で禁止されていることを理解する。 ○学習したことを生かして、身近な生活場面で飲酒が禁じられてい る状況などについて考え、表現する。	⑥	④		観察 ワークシート
7	○薬物乱用は、1回の乱用でも死に至ること、乱用を続けると止め られなくなること、心身の健康に深刻な影響を及ぼすことを理解 する。 ○薬物の乱用は、法律で厳しく規制されていることを理解する。	⑦			観察 ワークシート
8	○地域には、人々の病気を予防するために保健所や保健センターが あることを理解する。 ○保健所や健康センターなどでは、健康な生活習慣に関わる情報提 供や予防接種などの活動が行われていることを理解する。	⑧		①	観察 ワークシート

### 4 本時の指導案（2／8時）

#### （1）本時の目標

- 病原体が主な要因となって起こる病気の予防方には、「病原体をなくす」「うつる道筋を断ち切る」「抵抗力を高める」などがあることについて、理解することができるようにする。
- 学習したことを生かして、身近な生活におけるより良い予防の仕方について考え、表現することができるようにする。

(2) 展開

段階	学習内容と学習活動	学習形態	教師の指導・支援（◆評価規準と方法）
導入	<p>1 前時の学習を振り返り、インフルエンザに関するクイズを行う</p> <p>○病気の起こり方には、どんなことが関係していましたか。</p> <p>○この病気はどんな病気かわかるかな？</p> <p>○インフルエンザについてどのくらい知っていますか。</p>	一斉	<p>○前時の病気の起こり方の学習を想起することにより、病気を予防するにはどのようにすればよいのかという本時のねらいに繋げる。</p> <p>○クイズを出し、病原体が体内に入ったり増殖したりするのを防ぐことについて考えることができるようにする。</p>
<p>【学習課題】 インフルエンザなどの病原体が主な要因となって起こる病気の予防について考えよう。</p>			
展開	<p>3 事例を見て、何が原因となって病気になっているかを考える。</p> <p>【発問】 2人の生活の様子から、病気の原因に関係がありそうなことは何だと思えますか。</p> <p>①個人で考え、印をつける。</p> <p>②個人の考えた原因を全体で共有し、分類・整理する。</p> <p>4 病原体が主な要因となって起こる病気の予防について考える。</p> <p>【発問】 どのようにすれば予防できるでしょう。</p> <p>①個人で考えたことを付箋紙に書く。</p> <p>②班で話し合い、付箋紙を予防の種類ごとに分ける。</p> <p>③班でまとめた予防法を全体で共有し、整理する。</p> <p>5 テーマパークへ行くことを予定している家族へのアドバイスを考える。</p> <p>【発問】 病気のことによって心配になっているおうちの人に、どんなアドバイスをしますか。</p>	<p>個人 一斉</p> <p>個人 班 一斉</p> <p>個人 一斉</p>	<p>○2人の児童の様子を書いた文を見て、気付いたところに線を引いたり、考えを書き込んだりするように助言する。</p> <p>○黒板に拡大文を掲示し、発表する際に全体で共有する。</p> <p>○全体の意見を聞きながら、カードを黒板に示し、「病原体の発生源」「うつる道筋」「体の抵抗力」で分類する。</p> <p>○学習活動3で整理した3つの要因に対する予防について考えるよう促す。</p> <p>○個人で考えたことを持ち寄り、班での話し合いを進めるよう助言する。</p> <p>○意見をまとめたものの中から、予防法一つを選んでカードに書き込み、黒板に掲示するよう促す。</p> <p>○養護教諭のビデオメッセージを提示し、「抵抗力を高める」ことについての考えをもちやすくする。</p> <p>◆知識・技能-②（学習活動4） 【観察・ワークシート】</p> <p>○学習活動4で習得した知識を活用して、アドバイスを考えるよう促す。</p> <p>○なぜそのようなアドバイスを考えたのか理由を述べられるよう促す。</p> <p>◆思考・判断・表現-②（学習活動5） 【観察・学習カード】（授業後）</p>
まとめ	<p>5 本時のまとめをする。</p> <p>○本時の学習を振り返り、病気の予防についてどのような気づきがあったかを学習カードに記入する。</p>	個人 全体	<p>○インフルエンザによる欠席者数について、昨年度と一昨年度との比較資料を示すことにより、病気の予防についての実感をもつことができるようにする。</p>

5 資料等

○板書計画

**インフルエンザなどの病原体が主な要因となって起こる病気の予防について考えよう**

<p><b>児童A</b></p> <p>本文拡大</p>	<p style="background-color: yellow; text-align: center;">病原体の発生源</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・よごれた衣服</li> <li>・よごれたハンカチ</li> <li>・食器のよごれ</li> </ul> <p style="text-align: center;">なくす</p>	<p style="background-color: yellow; text-align: center;">うつる道筋</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手洗い、うがいをしない</li> <li>・ものの共用</li> <li>・空気の入れかえがない</li> <li>・人混みの多い場所・密集</li> </ul> <p style="text-align: center;">たち切る</p>	<p style="background-color: yellow; text-align: center;">体のていこう力</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・予防接種をしない</li> <li>・食事バランス、小食</li> <li>・寝不足</li> <li>・運動不足</li> </ul> <p style="text-align: center;">高める</p>
-------------------------------	---	--	--

病原体がもとになって起こる病気を予防するには、

- ・「病原体の発生源をなくすこと」
- ・「うつる道筋を断ち切ること」
- ・「体のていこう力を高めること」

が必要。

○学習カード

病気の予防 ワークシート

( )組 ( )番 名前( )

**インフルエンザなどの病原体がもとになって起こる病気の予防について考えよう**

★病気の原因を探ろう★

**Aさん**

- 運動が好きで、毎日体を動かしている。
- 家に帰ったら、「手洗いとうがいをしたの？」と家族に聞かれたが、友達と遊ぶ約束をしていたので急いで外に出る準備をし、そのまま出てしまった。
- たくさんの友達と遊ぶのが大好きで、時には家に10人くらいが集まることもある。
- おかしをみんなで持ってきて友達と交かんした時に、コップをもってきていなかったのて、ペットボトルジュースを飲み飲みした。
- 家族は予防接種をしたが、注射が痛いので、結局自分だけはやらなかった。
- よくハンカチを洗うのを忘れるので、かわりに服のすそで手をふく。

【病気の様子】  
1週間ほど前から、のどの痛みやせきが虫咬の。頭痛とともに発熱が出る。

**Bさん**

- 勉強が得意で、家でも毎日自主的に学習している。
- 客手な食べ物が多く、特に野菜はほとんど食べない。また、クラスの中では小食。
- 汗をかいたり疲れたりすると、体調をくずしそうなので、できるだけ運動はせず、部屋で過ごすようにしている。
- 最近、しゆく勉強が大変で、課題に時間がかり、おる時間がとてもおそい。
- 水筒を前の晩に出し忘れ、水筒を洗わずにつぎ足して持ってくることもある。
- お弁当の友達と勉強をするときは、音が聞こえないようにするため、部屋はいつも閉め切っている。
- 勉強の息ぬきとして、時々家族と買い物に出かける。中でもアウトレットモールはお気に入りの場所。

【病気の様子】  
1週間ほど前から、のどの違和感(いわかん)が強く、発熱とともに頭痛や筋肉痛が出る。

★病気を防ぐ方法を考えよう★

**病原体がもとになって起こる病気を防ぐためのポイント**

病原体がもとになって起こる病気を予防するには、

- ・「」
- ・「」
- ・「」
- ・「」

が必要です。

★学習を生かそう★

普段通りの生活がもどってきたこともあり、冬休みになる12月24日に家族旅行をしようと計画を立てています。一番楽しみにしているのは有名なテーマパークですが、母はやはり少し心配な気持ちもあるようです。

病気を予防するために、家族にどんな意見を言いますか？ 気を付けることやその理由について、今日の学習を生かして自分の考えを書きましょう。

アドバイスや意見

12月24日に家族旅行でテーマパークに行くことを計画していますが、母は少し不安そうにしています。

理由

★学習を振り返ろう★

自分の生活をふり返ってみて、気付いたことや今日の学習を生かしてみたいことなどを書きましょう。