

9 校種別学習指導案

中学校

中学校第3学年 保健体育科学習指導案

- 1 題 材 名 がんと健康
- 2 本時の目標 ・ がんを引き起こす要因と予防の仕方について正しく理解する。
 ・ がん予防の観点から自分の生活を振り返ることができる。
- 3 準 備 物 パソコン、プロジェクター、スクリーン、ワークシート、掲示物
- 4 展 開

学習内容（形態）	時間 (分)	学 習 活 動	○教師の支援と工夫 ◎評価の視点（方法）
1 がんの状況について （一斉） （1）がんとは （2）我が国の現状 （3）がんの種類	10	○ がんについて知っていることを書く。 ○ がんという病気について正しく理解する。 ○ がん教育の必要性を知る。	○ スライド資料を活用し、がんについて正しい知識をもち、がん教育の必要性を理解させる。 ○ 学習に対する興味をもたせる。 ◎ がんという病気について正しく理解しようとしているか。 <観察>
2 学習内容の確認 （一斉）	2	○ 本時のねらい、学習内容について知る。	○ 本時の学習内容、目標を確認し、学習意欲を高めさせる。
本時のねらい がんを引き起こす要因と予防の仕方を理解し、自分の生活を振り返る。			
3 がんのリスクを減らす要因について （個人） ↓ （グループ） ↓ （一斉）	20	○ どのような生活ががんのリスクを減らせる要因なのかを考える。 ・ タバコを吸わない。 ・ お酒を飲まない。 ・ 生活習慣（運動不足、食生活） ・ ストレス ・ 定期的な健康診断等 ※ がんを予防するためにはどのようにすればよいだろう。	○ 自分の考えをしっかりとまとめ、話し合いに参加する意欲をもたせる。 ○ グループでまとめ、ホワイトボードに記入させる。 ○ 他のグループの意見を自分たちの意見と比べながら聞かせる。 ◎ がんのリスクを減らす要因について理解できているか。 <ワークシート> ◎ 自分や家族などの健康に関わる問題として考えることができているか <観察>
4 がんを引き起こす要因と予防について （一斉）	8	○ ウイルス、遺伝、生活習慣など、多様な要因があることを理解する。	○ スライド資料を活用し、がんを引き起こす要因について科学的に理解させ、予防について考えさせる。
5 本時のまとめ （一斉）	10	○ 自分の生活を振り返る。 ○ 本時のねらいが達成できたか確認する。	◎ がんの予防について理解し、自分の生活を振り返ることができているか。 （発表・ワークシート）

がんと健康

3年 組 番 氏名 _____

- 1 がんについて知っていることを書いてみよう。

＜授業前＞

--

＜授業後＞

--

- 2 がんのリスクを減らす要因を考えてみよう。

--

- 3 授業を振り返って、これからの自分の生活について考えてみよう。

--

単元計画

		学習内容	学習活動
第1時	健康の成り立ち	○ 病気は、主体の要因と環境の要因が関わって発生すること。 ○ 健康は、主体と環境を良好に保つことによって成り立っていること。	・ 日本の病気（死因）の移り変わりについて見る。 ・ 健康を維持するために必要なこと（条件）は何かを考える。 ・ 病気は、主体の要因と環境の要因が複雑に絡み合っていることを理解する。 ・ 健康がどのように成り立つか考える。 ・ 私たちが望む、健康とはどのようなことを考える。
第2時	運動と健康	○ 運動には、各器官を発達させるとともに、ストレスを和らげるなど、精神的な効果があること。 ○ 健康を保持増進するためには、日常生活において適切な運動を続けることが必要であること。	・ 運動にはどのような効果があるかを考える。 ・ 運動不足は、健康にどのような悪影響をもたらすかを理解する。 ・ 健康づくりのための運動の条件を理解する。 ・ 中学生の時期はどのような運動を行ったらいいかを考える。 ・ 生活の中に運動を取り入れるために、どのような工夫ができるかを考える。
第3時	食生活と健康	○ 健康を保持増進させるためには、活動量や栄養素のバランスに配慮した食事が大切であること。 ○ 健康を保持増進させるためには、生活リズムを整えて、規則正しい食生活を送ることが大切であること。	・ 一日にどれくらいのエネルギーが必要かを考える。 ・ ご飯一杯分のカロリーを消費するためには、どうすればいいかを考える。 ・ 栄養素の不足やとりすぎによる障害について理解する。 ・ 中学生の時期はどのような食生活を送ることが大切かを理解する。
第4時	休養・睡眠と健康	○ 長時間の学習、運動、作業などは疲労をもたらすこと、疲労の現れ方は、活動の内容・量、環境条件や個人によって違いがあること。 ○ 健康を保持増進するためには、休養を適切にとることが大切であること。	・ どんなどきに疲れやストレスを感じるかを考える。 ・ 何が原因で、疲れやストレスを感じるかを理解する。 ・ 健康の保持増進のために、休養を適切に取り入れることの大切さを理解する。 ・ 睡眠不足の悪影響を理解する。
第5・6時	生活習慣病とその予防	○ 高血圧や糖尿病、がん、心臓病、脳卒中などの多くは、生活習慣と関係が深いこと。 ○ 動脈硬化、高血圧、心臓病、糖尿病、がんの症状と原因。 ○ 生活習慣病を予防するためには、生活習慣を望ましいものにすること、定期的に検査を受けることなどが大切であること。	・ 生活習慣病がどのような病気かを理解する。 ・ 生活習慣病は、生活習慣と関わりが深いことを理解する。 ・ 生活習慣病の原因となる生活をしていないかをチェックする。 ・ 生活習慣が関係する循環器の病気にはどのような病気があるかを理解する。 ・ 糖尿病がどのような病気かを理解する。 ・ メタボリックシンドロームについて理解する。 ・ 自分の生活を振り返り、生活習慣病を予防するために何をすべきかを考える。
第7時	喫煙と健康	○ たばこの煙には数多くの有害物質が含まれており、喫煙すると様々な急性影響が現れること。 ○ 常習的な喫煙によって、様々な病気を起こしやすくなること。 ○ 発育期には喫煙の悪影響を強く受けること。 ○ 喫煙は周囲の人にも悪影響を与えること。	・ たばこの煙にどのような物質が含まれているかを理解する。 ・ たばこを吸うと、どのような影響が身体に現れるかを理解する。 ・ 長期の喫煙をすると身体にどのような影響が現れるかを理解する。 ・ 未成年者の喫煙の害をまとめる。 ・ 喫煙が周りの人に及ぼす影響を理解する。
第8時	飲酒と健康	○ 酒の主成分であるアルコールは、脳や神経の働きを低下させること。 ○ 一度に多量の酒を飲むと死亡することがあること。 ○ 常習的な飲酒によって、様々な病気を起こしやすくなること。 ○ 発育期には飲酒の悪影響を強く受けること。	・ 飲酒による急性影響を理解する。 ・ アルコールの依存性とアルコール依存症について理解する。 ・ 未成年者の飲酒の害について理解する。 ・ 未成年者の飲酒の害をまとめる。

第9時	がん と健康	○ がんという病気は、身近な病気であること。 ○ 我が国のがんの状況 ○ がんの発生要因には、生活習慣が大きな要因であることや細菌やウイルス、遺伝が要因となるがんがあること。 ○ がんを予防するためには、生活習慣を望ましいものにすること、定期的に検査を受けることなどが大切であること。	・ がん教育の必要性を知る。 ・ がんについて正しく理解する。 ・ がんの種類を知る。 ・ がんの要因について理解する。 ・ がんの予防方法を考える。
第10時	薬物 乱用の 害と健康	○ 乱用薬物には依存性と耐性があり、薬物依存の悪循環に陥りやすいこと。 ○ 薬物の乱用は、幻覚などの精神異常や急死などを引き起こすこと。 ○ 薬物の乱用は、社会全体にも大きな被害をもたらすことがあること。	・ 薬物乱用の意味を整理する。 ・ 薬物乱用による害について調べ、整理する。 ・ 覚醒剤と大麻の害について調べ、整理する。 ・ 薬物乱用が、社会にどのような悪影響を及ぼすかまとめる。
第11時	飲酒・喫煙・薬物乱用 のきっかけ	○ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの開始には知識の欠如、誘われたときに断る意志や対処能力の不十分さ、自分を大切に思えないなどの心理状態や、周囲の人からの誘い、宣伝・広告、入手のしやすさなどの社会的環境が影響しており、それぞれについての対策が必要であること。	・ 喫煙、飲酒、薬物乱用などの誘いを「断りにくい人」や「断りにくい状況」について発表し合う。 ・ 喫煙、飲酒、薬物乱用を始める心理について整理する。 ・ 喫煙、飲酒、薬物乱用を助長する社会環境について調べ、整理する。
第12時	感染症と その予防1	○ 感染症は、病原体の感染によって起こる病気であり、その発症には環境の条件や主体の条件が関係していること。 ○ 感染症を予防するには、感染源、感染経路、体の抵抗力のそれぞれについて対策を立てることが有効であること。	・ 感染症を予防するために有効な対策を調べ整理する。 ・ 感染症を予防するために有効な対策を予防するためには、どのような方法が考えられるか話し合う。 ・ 発生源をなくす方法、感染経路を断つ方法、体の抵抗力を高める方法について調べ、整理する。
第13時	感染症と その予防2	○ 人間の体には、抵抗力が備わっているということ。 ○ 近年では、新型インフルエンザなどの新興感染症や結核などの再興感染症などが問題となっていること、また、感染症は短期間のうちに世界中に広まる危険があること。	・ 病原体の侵入を防ぐ仕組みをまとめる。 ・ 予防接種の仕組みをまとめる。 ・ 近年の感染症の問題を調べ、整理する。
第14時	性感染症と その予防1	○ 性感染症は性的接触によって感染する病気であり、若い世代での感染の広がりが問題となっていること。 ○ 性感染症の予防には、性的接触をしないこと、コンドームの使用などが有効であること。	・ 性感染症の感染の仕方を調べ、整理する。 ・ 性感染症の予防の方法について調べ、整理する。 ・ 性感染症にかかったり、うつしたりしないためにどのようなことに注意すればよいか話し合う。
第15時	性感染症と その予防2	○ エイズにはHIVの感染によって起こり、免疫力が低下する病気であること、発病までには数が月から10年ほどかかること、近年では性的接触による感染がほとんどであること。 ○ エイズの予防には、性的接触をしないこと、コンドームの使用などが有効であること。	・ エイズの病原体と感染経路を調べ、整理する。 ・ HIV感染の予防法や、HIVの検査や相談してくれる機関などについて調べ、整理する。 ・ エイズ患者やHIV感染者に対する差別や偏見の解消への取組について考える。
第16時	医薬品・医療機関と 健康の有用利用	○ 健康を保持増進し病気の予防をするためには、保健所や保健センター、医療機関などを必要に応じて適切に利用することが大切であること。 ○ 医薬品には、主作用と副作用があること、また、使用法を守って正しく使用する必要があること。	・ 医療機関の種類や役割について調べ、整理する。 ・ 保健センターや保健所の役割を調べ、整理する。 ・ 飲み薬の使い方について、知識を確認する。 ・ 医薬品の使用量と主作用、副作用について調べ、整理する。 ・ 医薬品の使用法について整理する。
第17時	共に健康に 生きる社会	○ 健康を保持増進するためには、個人の努力とともに社会的な活動が必要であり、そのため、地域社会においては、さまざまな保健活動が行われていること。 ○ 健康を守るための活動は、行政機関が行うだけでなく、住民の参加があつてはじめてその効果が得られること、また、私たちの健康は世界中の人々が支え合うことによって守られていること。	・ 健康保持増進する社会の取組にはどのようなものがあるか整理する。 ・ 誰もが健康・安全に暮らせる町づくりについて調べ、整理する。 ・ 共に健康に生きる社会にするためにできることをまとめる。

※ 第16時～第17時の中でも、がんの早期発見・早期治療について触れる。

中学校第3学年 学級活動学習指導案

- 1 題 材 名 がん患者への理解と共生
- 2 本時の目標 がん患者やその家族に対する理解を深め、共生することの大切さに気付くことができる。
- 3 準 備 物 ワークシート、掲示物、プロジェクター、スクリーン
- 4 展 開

学習内容（形態）	時間 (分)	学 習 活 動 ※予想される生徒の反応	○教師の支援と工夫 ◎評価の視点（方法）
1 学習内容を理解する。 （一斉）	10	○ がんと聞いてどう思いますか。 ※ 怖い、治らない病気等	○ 身近な人をがんで亡くした場合や身近な人ががんに罹っている場合は、十分に配慮する。 ○ がん患者やその家族を支えることの大切さの上に立ち、望ましい関わり方について考えることを確認する。
本時のねらい がん患者やその家族との望ましいかかわり方について考えよう。			
2 がん患者やその家族との接し方について予想し、話し合う。 （個人） ↓ （グループ） ↓ （一斉）	30	○ がん患者やその家族が望む接し方について各自で予想し、グループで話し合う。 資料1：病気への誤解から辛い思いをしました。 ※ 肺がん＝喫煙という考え方はおかしい。 ※ 自業自得という考え方はおかしい。 資料2：がんになっても働けることを知って欲しい。 ※ 「無理をしなくても・・・」と気遣ってはいるが・・・ ※ 現場から外された。 資料3：「かわいそう」と言わないで ※ 「かわいそう」「お気の毒に」という考え方はおかしい。	○ スライド資料を活用して、資料を提示し、話し合いに参加しやすい雰囲気づくりに努める。 ○ 一つ一つの資料をもとに周りの人の気持ちや関わり方について考えていく。 ○ 家族、友達等自分のこととして考えやすい状況設定を促していく。 ○ 必要があれば、がんの特性についても押さえていく。 ○ グループを作り、積極的に話し合い活動に取り組むようにさせる。 ○ 個人の考えをグループで共有する。グループで話し合って意見を発表し、学級全体で考えていく。 ◎互いに支え合い、ともに暮らしていくことの大切さを理解することができたか。 （ワークシート） ◎ がん患者やがん患者を支える家族や友達として、自分の行動を選択しているか。 （ワークシート）
3 本時のまとめ （一斉）	10	○ 学級全体での話し合いを踏まえ、具体的に自分がどうしていくかをまとめる。 ※ がん患者や家族、友達の考えをよく聞く。 ※ 相手の思いを考えて行動する。 ※ 自分にできる支援をする。	○ 話し合い活動自体が、お互いを支え合う基盤になっていることを示唆する。 ○ がん患者の思いはいつも同じものではないことを伝える。