

『小学保健』 学年別年間指導計画例 第6学年

◆3章 病気の予防 ・教科書 P.39～P.64 ・配当時数 8時間

章の目標	
<p>■病気の予防について理解すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わり合って起こること。</li> <li>・病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であること。</li> <li>・生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身につける必要があること。</li> <li>・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、健康を損なう原因となること。</li> <li>・地域では、保健に関わる様々な活動が行われていること。</li> </ul> <p>■病気を予防するために、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現している。</p>	

時	学習活動	評価の観点
1. 病気の起こり方		
1時	<p>【はじめに】自分が知っている病気にはどんなものがあるかを考える。</p> <p>【話し合おう】どんなときにかぜをひくのか、自分の経験をもとに話し合う。</p> <p>【考えよう】かぜを参考に、いろいろな病気はどんなことが関わり合って起こるのかを考える。</p> <p>【まとめ】病気は、病原体、体の抵抗力、生活のしかた、環境などが関わり合って起こる。病気の予防には、病気の起こり方をよく知っておくことが大切。</p> <p>【学んだことを生かそう・伝えよう】熱中症の原因を、病原体、体の抵抗力、生活のしかた、環境から考え、記入する。</p>	<p>○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している。（知識・技能）</p> <p>○病気の原因について、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境などの要因に分類して考え、説明している。（思考・判断・表現）</p> <p>○病気の起こり方について関心をもち、課題の解決に進んで取り組もうとしている。（主体的に学習に取り組む態度）</p>
2. 感染症の予防		
2時	<p>【はじめに】インフルエンザなどの感染症を予防するために、普段の生活の中で行っていることはあるかを振り返る。</p> <p>【調べよう】病原体は、どのようにして体の中に入るのかを調べる。</p> <p>【話し合おう】感染症を予防する方法を考えて、記入する。</p> <p>【まとめ】感染症を予防するためには、病原体を体の中に入れないことが必要。また、体の抵抗力を高めて</p>	<p>○感染症の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めておくことが必要であることを理解している。（知識・技能）</p> <p>○感染症の予防のために考えたり選んだりした方法がなぜ適切であるか、理由を挙げて説明している。（思考・判断・表現）</p> <p>○感染症の予防について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に、</p>

	<p>おくと、病気にかかりにくくなり、かかっても軽い症状ですむ。</p> <p><b>【学んだことを生かそう・伝えよう】</b>感染症を予防するために、これから気をつけようと思うことや、その理由を記入する。</p>	<p>進んで取り組もうとしている。</p> <p>(主体的に学習に取り組む態度)</p>
<b>3. 生活習慣病の予防①</b>		
3時	<p><b>【はじめに】</b>自分の生活習慣を振り返る。</p> <p><b>【調べよう】</b>生活習慣病と健康によくない生活との関係について調べる。</p> <p><b>【話し合おう】</b>生活習慣病を予防するためにはどうすればよいかを考え、話し合う。</p> <p><b>【まとめ】</b>生活習慣病を予防するには、適切な運動、栄養のバランスのよい食事、十分な休養・睡眠など、毎日の生活のしかたに気をつけて、健康によい生活習慣を身につけることが大切。</p> <p><b>【学んだことを生かそう・伝えよう】</b>生活習慣病を防ぐために、これから実行したいことと、その理由を記入する。</p>	<p>○生活習慣病を予防するには、運動、食事、睡眠などについて、健康によい生活習慣を身につける必要があることを理解している。(知識・技能)</p> <p>○生活習慣病の原因となる生活習慣について考え、生活習慣病を予防する方法について理由を挙げて説明している。</p> <p>(思考・判断・表現)</p> <p>○生活習慣病に関心をもち、学習したことをもとに自分の生活を振り返るなど、進んで学習活動に取り組もうとしている。</p> <p>(主体的に学習に取り組む態度)</p>
<b>4. 生活習慣病の予防②</b>		
4時	<p><b>【はじめに】</b>健康な歯肉と歯周病の歯肉の写真と比較する。</p> <p><b>【調べよう】</b>むし歯や歯周病の起こり方を調べる。</p> <p><b>【話し合おう】</b>むし歯になりやすい生活について、話し合う。</p> <p><b>【考えよう】</b>むし歯を予防する方法を考える。</p> <p><b>【まとめ】</b>むし歯や歯周病を予防するには、食後や寝る前に歯をみがいて、口の中をいつも清潔にしておくことが大切。また、糖分をとり過ぎないようにすることも予防になる。</p> <p><b>【学んだことを生かそう・伝えよう】</b>むし歯や歯周病を予防するために、これから気をつけたいと思ったことと、その理由を記入する。</p>	<p>○むし歯や歯周病の予防には、毎日の生活のしかたが関係していることを理解している。(知識・技能)</p> <p>○むし歯や歯周病を予防する方法について、具体的に考え、説明している。</p> <p>(思考・判断・表現)</p> <p>○口腔の衛生を保つための生活習慣について、自分の生活を振り返ったり、これからの生活のしかたを考えたりしながら、進んで学習活動に取り組もうとしている。</p> <p>(主体的に学習に取り組む態度)</p>
<b>5. 喫煙の害</b>		
5時	<p><b>【はじめに】</b>たばこを吸うと、肺にはどんな影響があるのか写真を見て比較する。</p> <p><b>【調べよう】</b>たばこを吸うと、体にどんな影響が現れてくるのかを調べる。</p> <p><b>【話し合おう】</b>喫煙を制限したり、禁煙にしたりしている場所について話し合う。</p> <p><b>【まとめ】</b>喫煙の害には、吸ってすぐに体に現れる害</p>	<p>○喫煙には、様々な害があること、受動喫煙により周囲の人々の健康にも害を及ぼすことを理解している。(知識・技能)</p> <p>○喫煙の害や体への影響を考え、説明している。(思考・判断・表現)</p> <p>○喫煙の害について、資料や生活の中で見たり聞いたりしたことをもとに、進んで学</p>

	と長い間の喫煙の習慣によって現れる害がある。またたばこを吸わない人にも害を与えるので、人が大勢集まる場所では禁煙にしている場所がある。 <b>【学んだことを生かそう・伝えよう】</b> 喫煙の害について考えて、記入する。	習活動に取り組もうとしている。 (主体的に学習に取り組む態度)
<b>6. 飲酒の害</b>		
6時	<b>【はじめに】</b> 健康な人の脳と、飲酒を続けて縮んだ脳の写真を比較する。 <b>【調べよう】</b> 飲酒をすると、体にどんな影響が現れてくるのかを調べる。 <b>【調べよう】</b> 長い間、飲酒の習慣を続けていると、体にはどんな害が現れてくるのかを調べる。 <b>【まとめ】</b> 飲酒は、注意力や判断力が鈍る、呼吸や胸が苦しくなるなどの影響がすぐに現れる。長い間飲酒を続けると、飲酒をやめられなくなったり、多くの病気を引き起こしたりする。 <b>【学んだことを生かそう・伝えよう】</b> 飲酒の誘いをどのように断るかを考えて、記入する。	○飲酒をすると、判断力が鈍る、呼吸や胸が苦しくなるなどの影響がすぐに現れることや、飲酒を長い間続けると肝臓がんなどの病気の原因になることを理解している。 (知識・技能) ○飲酒の害や体への影響を考え、説明している。(思考・判断・表現) ○飲酒と健康について関心をもち、課題の解決に協力して取り組もうとしている。 (主体的に学習に取り組む態度)
<b>7. 薬物乱用の害</b>		
7時	<b>【はじめに】</b> 薬物乱用という言葉聞いたことがあるか考える。 <b>【調べよう】</b> シンナーなどの薬物を乱用すると、体にはどんな害が現れてくるのかを調べる。 <b>【話し合おう】</b> 薬物乱用の怖さについて話し合う。 <b>【まとめ】</b> 薬物には、何度も繰り返して使いたくなる依存性があり、乱用を続けると心身の健康に害をあたえる。また、社会的な事件を引き起こし、周りの人に大変な迷惑をかけることにもなる。薬物乱用は法律で厳しく禁止されている。 <b>【学んだことを生かそう・伝えよう】</b> 「薬物には手を出さない」という自分の決意と、その理由を書いて、周りの人に宣言する。	○薬物乱用は、1回の乱用で死に至ることがあり、乱用を続けるとやめられなくなって、心身の健康に深刻な害を与えることを理解している。(知識・技能) ○薬物乱用の害や周りの人への影響を考え、説明している。(思考・判断・表現) ○薬物乱用について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に、進んで取り組もうとしている。 (主体的に学習に取り組む態度)
<b>8. 地域の保健活動</b>		
8時	<b>【はじめに】</b> 健康のために自分が気をつけていることや、学校で行われている活動について考える。 <b>【調べよう】</b> 人々の健康を守るために、地域の保健所や保健センターで行われている活動を調べる。 <b>【調べよう】</b> 自分たちが住んでいる地域の保健所や保健センターで行われている活動を調べる。 <b>【まとめ】</b> 保健所や保健センターでは、病気の予防や	○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提供や予防接種などの活動が行われていることを理解している。 (知識・技能) ○地域の様々な保健活動の取り組みの中から、人々の病気を予防するための取り組み

<p>人々の健康づくりのために様々な活動を行っている。 私たちの健康はこうした活動に支えられている。</p> <p><b>【学んだことを生かそう・伝えよう】</b>家の人に教えてあげたい保健所や保健センターの活動とその理由を記入する。</p>	<p>を選んでいる。（思考・判断・表現）</p> <p>○地域の保健活動について，課題の解決に向けての調べ学習や発表などの学習活動に，進んで取り組むことができる。</p> <p>（主体的に学習に取り組む態度）</p>
---	--