高等学校第１学年　科目保健　学習指導案

１　単元名

現代社会と健康　イ 健康の保持増進と疾病の予防

(ｱ) 生活習慣病と日常の生活行動「がんとその予防」

２　単元の目標

(1) 健康の保持増進と疾病の予防について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組むことができるようにする。(関心・意欲・態度)

(2) 健康の保持増進と疾病の予防について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを説明できるようにする。(思考･判断)

(3) 健康の保持増進と疾病の予防について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを理解できるようにする。(知識・理解)

３　単元について

　　　本単元では、生活習慣病を予防し、健康を保持増進するためには、適切な食事、運動、休養及び睡眠など調和のとれた健康的な生活を実践することが必要であること理解できるようにする。その際、がん（悪性新生物）、虚血性心疾患、脂質異常症、歯周病などを適宜取り上げ、それらは日常の生活行動と深い関係があることを理解できるようにする。

がんについては、日本人の死因の第一位であり、危険性を増す要因としては、たばこ、細菌・ウイルス、過度な飲酒など様々なものがあることを理解できるようにする。

また、現在及び将来に直面するがんに関する課題に対して、健康な社会の実現のため、自らの健康管理や健康的な生活行動の選択ができるようにする。

４　単元計画（(ｱ) 生活習慣病と日常の生活行動）２時間

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時 | 学習内容・学習活動 | 観点別評価規準 | 評価方法 |
| ア関心・意欲・態度 | イ思考・判断 | ウ知識・理解 |
| 生活習慣と日常の生活行動 | （ねらい）生活習慣病を予防し、健康を保持増進するには、適切な食事、運動、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を実践することが必要であることを理解できるようにする。１　生活習慣病の発病や進行の概要について整理する。 |  |  |  |  |
| ２　生活習慣病を未然に防ぐことや早期発見・早期治療の重要性について理解する。 | ① |  |  | 観察 |
| ３　がんとはどんな病気なのか理解する。 |  |  | ① | 観察 |
| 時 | 学習内容 | 観点別評価規準 | 評価方法 |
| ア関心・意欲・態度 | イ思考・判断 | ウ知識・理解 |
| 生活習慣と日常の生活行動　本時 | （ねらい）がんの予防、早期発見・検診等について関心を持ち、正しい知識を身に付け、適切に対処できる実践力を育成する。　がんについて学ぶことや、がんと向き合う人々と向き合うことを通じて、自他の健康と命の大切さに気付き、自己の在り方や生き方を考え、共に生きる社会づくりを目指す態度を育成する。１　がんは日本人の死因第１位であることを理解する。 |  |  |  |  |
| ２　がんになる人や、がんで亡くなる人が増えている理由を考え、書き出す。 |  |  |  |  |
| ３　がんになる人や、がんで亡くなる人を減らす方法について考え、話し合う。 | ② |  |  | 観察付箋 |
| ４　がんを予防する上で、自らが今後取るべき行動を考え、記述する。※生徒のがんについての理解を深め、より望ましい行動選択を促すという効果を高めるために、がん相談支援センターの職員をゲストティーチャーとして招き、授業者とともにグループワーク時の助言を行う。 |  | ① |  | ワークシート |

５　評価規準

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 関心・意欲・態度 | 思考・判断 | 知識・理解 |
| 学習内容に即した評価規準 | ①生活習慣病を未然に防ぐことや早期発見・早期治療の重要性について、資料を探したり、見たりして意欲的に取り組んでいる。②健康の保持増進について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組んでいる。 | ①健康的な生活習慣とがんとの関係を踏まえて、がんに対する課題を見付けたり、課題を解決する手立てを考えたりするなどして、自らが今後取るべき行動を判断し、記述している。 | ①がん予防のためには、調和のとれた健康的な生活を実践する必要があることについて、理解したことを発言したり、記述したりしている。 |

【観点別評価の実際】（本時）

|  |
| --- |
| ①「関心・意欲・態度」の例 |
| 学習活動に即した評価規準（第２時） |
| 健康の保持増進について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組んでいる。 |
| 具体的な評価方法の例 | 第２時では、健康の保持増進について、がんについての課題の解決に向けてのグループでの話し合いや意見交換において、自ら進んで意欲的に取り組んでいる状況を観察し、判断する。<「十分満足できる」状況にあると判断するポイント>　話し合いや意見交換の際、メモを取ったり、内容を確認したりするなど、積極的に取り組んでいる。<「努力を要する」状況と判断した生徒への手だて>　教科書や補助資料を参考にさせたり、事例を示したりして、個別に説明する。 |
| ②「思考・判断」の例 |
| 学習活動に即した評価規準（第２時） |
| 健康的な生活習慣とがんとの関係を踏まえて、がんに対する課題を見付けたり、課題を解決する手立てを考えたりするなどして、自らが今後取るべき行動を判断し、記述している。 |
| 具体的な評価方法の例 | 第２時では、健康的な生活習慣とがんとの関係について学んだことを基に、がんに対する課題を見付けたり、課題を解決する手立てを考えたりするなどして、自らが今後取るべき行動を判断し、説明したことについて、ワークシートに記述した内容から判断する。<「十分満足できる」状況にあると判断するポイント>　健康的な生活習慣とがんとの関係について学んだことを基に、自らが今後取るべき行動について、自他の健康と命の大切さや、がん患者や支援センター等がんと向き合う人々の取組、健康な社会の実現に努めることに触れて説明している。<「努力を要する」状況と判断した生徒への手だて>　教科書を参考にしたり、身近な事例を示したりして、個別に説明する。 |

６　展開例（２／２）

（１）本時の目標

・健康の保持増進について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができるようにする。（関心・意欲・態度）

・健康的な生活習慣とがんとの関係を踏まえて、がんに対する課題を見付けたり、課題を解決する手立てを考えたりするなどして、自らが今後取るべき行動を判断し、記述できるようにする。（思考・判断）

（２）展開

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | 主な学習内容・学習活動 | ○指導上の留意点　☆評価 |
| 導入８分 | １　前時の説明を受け、振り返りをする。 | ○授業で使用するワークシートを配布しておく。 |
| ２　「日本人の死亡原因の変化」のグラフを見る。 | ○昭和25年(1950年)の日本人の死因の１位は結核であったが、昭和56年(1981年)からはがんが１位であり、今後も増加傾向にあること、法律や条例の制定をはじめ、がん対策が推進されていることについて説明する。○必要に応じて、結核による死亡が減った理由（結核予防法の制定、健康診断、予防接種の義務付け、栄養状態・衛生状態の改善等）をおさえ、後にがん罹患や死亡を減らすことについて考える際の手掛かりとして示す。○本時は、がんになる人やがんで亡くなる人はどうしたら減らせるか、専門家と一緒にみんなで考えることを説明する。（資料１　「日本人の死亡原因の変化」のグラフ） |
| 展開３５分 | 【発問１】がんになる人や、がんで亡くなる人が増えている理由には、どのようなことが考えられるか。 |  |
| ３　自分の考えをワークシートに記入する。【生徒の予想される答え】・喫煙、飲酒・偏った食事、太りすぎ・運動不足・健康診断を受けない・高齢者の増加 | ○今持っている知識で思いつくものを書き出させる。時間は５分。○教師・ゲストティーチャーともに机間指導し、質問があれば回答する。○書き出せない生徒には、教科書や補助資料を参考にするよう助言する。 |
| 【発問２】がんになる人や、がんで亡くなる人を減らすためには、どうしたらよいか。 |  |
| ４　グループに分かれ、司会、記録、発表の各係を決める。 | ○グループの活動で使用する付箋、模造紙、マジックをグループに配布する。 |
| ５　自分の考えを付箋に記入する。【生徒の予想される答え】・たばこを値上げする・分煙をすすめる・がん検診を受けやすくする・がんについて知識を得る | ○すでに啓発・周知されていることだけでなく、生徒自身の意見でもよいことを伝える。○書き出せない生徒には、導入で紹介した結核についての対策を参考に考えさせる。（必要に応じて、法制度、健康診断、予防対策、生活・環境上の注意等に分けて考えさせる。） |
| ６　それぞれが書いた付箋を「誰が行う対策か」によって分類して模造紙に貼る。　　貼った内容について話し合い、発表できるようにまとめる。 | ○あらかじめ、話し合うときの約束を示す。①どんな意見も否定しない。②なるべく多くの意見が出るようにする。○模造紙の使い方について、分類したまとまりや、まとまり同士の関係についてマジックで書き加えてもよいことを伝える。時間は１０分。○教師・外部講師ともに机間指導し、質問があれば回答する。☆健康の保持増進について、課題の解決に向けての話し合いや意見交換などの学習活動に意欲的に取り組むことができたか。（関心・意欲・態度②） |
| ７　まとめたことを黒板に掲示し、発表する。 | ○話し合った内容を簡潔に発表させる。１グループ１分程度 |
| ８　ゲストティーチャーの話を聞く。 | ○ゲストティーチャーに、生徒の発表の中で、実際に行われていることや、課題のあることについて説明を依頼する。 |
| まとめ７分 | 【発問３】今日学んだことを踏まえて、自分の取るべき行動をまとめてみよう。 |  |
| ９　ワークシートに、自分の取るべき行動を考えて記入する。　がんについて学ぶことや、がんと向き合う人々と触れ合うことを通じて、自他の健康と命の大切さに気付き、自己の在り方や生き方を考え、共に生きる社会づくりを目指すことが大切である。 | ☆健康的な生活習慣とがんとの関係を踏まえて、がんに対する課題を見付けたり、課題を解決する手立てを考えたりするなどして、自らが今後取るべき行動を判断し、記述できたか。（思考・判断①） |

７　資料等

ワークシート

がんとその予防

１年　　組　　番　氏名

（１）がんになる人や、がんで亡くなる人が増えている理由にはどのようなことが考え

られるか記入しよう。

（２）グループの話し合いで、自分が思いつかなかった意見など、気がついたことを

メモしよう。

（３）今日学んだことを踏まえて、がんに関する課題や健康な社会の実現のために、

自分の取るべき行動をまとめてみよう。

資料１

厚生労働省「人口動態統計」による

【参考】

平成26年(2014年)の日本人の死因

１位　がん（悪性新生物）

２位　心疾患

３位　肺炎

４位　脳血管疾患

５位　老衰

昭和25年(1950年)の日本人の死因

１位　全結核

２位　脳血管疾患

３位　肺炎及び気管支炎

４位　胃腸炎

５位　悪性新生物

厚生労働省「人口動態統計」による