

## 単元名 保健「病気の予防」

配当時間 8時間

- 単元の目標 (1) 病気の予防について、課題を見付け、その解決を目指した活動を通して、病気の予防について理解することができる。  
 (2) 病気を予防するために、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。  
 (3) 健康・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。

## 標準的な展開例

06100203\_001

【準備等】 たばこの害・薬物乱用・飲酒の体への影響の資料や映像など

| 学 習 活 動   | 留 意 事 項 など   |
|---|--|
| <p>1 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を知る。<br/>         ○よく知っている病気について話し合い、単元の学習課題をつかむ。<br/>         ★病気の起こり方と予防の仕方について知ろう。<br/>         ○身近な病気の原因について話し合う。<br/>         ・体が疲れていた、ばい菌が入ったなど<br/>         ○かぜをひいた原因を内容によって分類する。<br/>         ・病原体が原因、環境が原因、生活の仕方が原因<br/>         ・体の抵抗力が原因</p> <p>○学習のまとめをする。</p> <p>2 病原体がもとになって起こる病気の予防について知る。<br/>         ○インフルエンザなどの予防について話し合う。</p> <p>○病原体がもとになって起こる病気を防ぐにはどうしたらよいか話し合う。<br/>         ・発生源をなくす方法：熱湯で消毒、薬品で消毒、日光で消毒など<br/>         ・うつる道筋を断ち切る方法：うがい、手洗い、学級閉鎖、人ごみをさけるなど<br/>         ・体の抵抗力を高める方法：休養や睡眠、栄養、予防接種など</p> <p>○学習のまとめをする。</p> <p>3 生活の仕方が関わって起こる病気の予防について知る。<br/>         ○生活の仕方が関係して起こる病気にはどんな病気があるか発表する。<br/>         ・がん、脳の血管の病気、心臓病など<br/>         ○生活習慣病について知り、健康によい生活習慣について話し合う。<br/>         ・生活習慣病：がん、心臓病、脳の血管の病気<br/>         ・原因：糖分、脂肪、塩分のとりすぎ、喫煙、飲酒、不規則な生活<br/>         ・予防法：食事、運動、睡眠、気分転換</p> <p>○学習のまとめをする。</p> <p>4 生活の仕方が関わって起こる歯の病気の予防について知る。<br/>         ○むし歯や歯ぐきの病気の原因について話し合う。</p> <p>○むし歯の予防方法を知る。</p> <p>○学習のまとめをする。</p> <p>5 たばこの害と健康について知る。<br/>         ○たばこの害について知る。<br/>         ・発がん物質が入っている。<br/>         ・肺や歯が汚れる。<br/>         ・目を刺激する。<br/>         ・のどがあれする。<br/>         ・運動能力が低下する。<br/>         ・血管を収縮させ血液の流れを悪くするなど<br/>         ○たばこを吸う場所が少なくなっているのはなぜか話し合う。</p> | <p>・学習の概要をつかむためにP. 34～P. 35の挿絵を活用するとよい。</p> <p>・かぜを例に挙げて考えさせる。</p> <p>・話し合いをもとに、原因を病原体、環境、生活の仕方、体の抵抗力の4種類に分けさせ、それぞれ密接に関わっていることを理解させる</p> <p>・インフルエンザが流行したときの様子を思い出させ、予防方法について考えさせる。<br/>         ・教科書P. 38の「やってみよう」に○を付けさせる。<br/>         発生源をなくす方法とうつる道筋を断ち切る方法、体の抵抗力を高める方法に分けられることを説明する。</p> <p>・教科書P. 42を参考にさせる。</p> <p>・グラフから死亡原因の3分の2は生活習慣病によるものであることを気付かせる。<br/>         ・小学生の時期から生活習慣病の予備軍となっていることや、よい生活習慣が病気の予防に大きく関わっていることを理解させる。<br/>         ・教科書P. 43の「やってみよう」をもとに、自分の生活をどのように変えることができるのか具体的に考えさせる。</p> <p>・日ごろの経験や聞いたことを発表させる。<br/>         発表したものを、病原体、体の抵抗力、生活の仕方、環境に分類する。<br/>         ・教科書P. 45の「やってみよう」を基に考えさせる。<br/>         自分の生活をどのように変えることができるのか具体的に考えさせる。<br/>         ・むし歯や歯ぐきの病気の予防には、糖分などを摂りすぎる食事や間食を避けたり、口腔の清潔を保つ生活習慣を身に付けることが大切であることを押さえる。</p> <p>・教科書の写真(肺の断面の比較)やグラフ、映像や資料などを活用する。</p> <p>・たばこを吸うと体にどんな影響があるのか、周囲の人にどんな影響があるのか知っていることを発表させる。</p> |

|   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 未成年の喫煙は法律により禁止されているわけを考える</li> <li>○ 喫煙を勧められたときの態度について、ロールプレイングを行って考える。</li> <li>○ 学習のまとめをする。</li> </ul> <p>6 飲酒の害と健康について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 酒を飲むとどうなるか知っていることを発表する。</li> <li>○ アルコールの体への影響を調べる。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 肝臓の病気（肝炎、肝臓がんなど）</li> <li>・ 脳細胞の萎縮</li> <li>・ 記憶力や思考力の低下</li> <li>・ 意欲の低下</li> <li>・ 生活習慣病の原因など</li> </ul> </li> <li>○ 未成年者の飲酒は法律により禁止されているわけを考える。</li> <li>○ 飲酒を勧められたときの態度についてケーススタディを行って考える。</li> <li>○ 学習のまとめをする。</li> </ul> <p>7 薬物乱用の害と健康について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 薬物について知っていることを発表する。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 意識がもうろうとする。</li> <li>・ 現実にはないものが見える。</li> <li>・ やめられなくなる。</li> </ul> </li> <li>○ 薬物乱用の心や体に及ぼす影響や、薬物乱用が原因になって起きた事件について知る。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 脳が萎縮する。（元に戻ることはない。）</li> <li>・ 脳が正常にはたらかなくなる。</li> <li>・ 目が見えなくなる。</li> <li>・ 歯が溶けてぼろぼろになる。</li> <li>・ 手足がしびれて歩けなくなる。</li> <li>・ やめられなくなる。</li> </ul> </li> <li>○ なぜ薬物乱用がいけないのかを考える。</li> <li>○ 学習のまとめをする。</li> </ul> <p>8 地域で行われている保健活動について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 地域で行われている保健活動について、知っていることを発表する。</li> <li>○ 保健所や保健センターで行われている活動について調べる。</li> <li>○ 調べたことを発表する。</li> <li>○ 単元のまとめをする。</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ グラフから吸い始めた年齢が早いほどがんになりやすいことに気付かせる。また、たばこの害は細胞がどんどん作られる成長期の子供の方が大人より大きいことを知らせる。</li> <li>・ 教科書のP.47の「活用して深めよう」を基に実際に体験させる。</li> <li>・ 実際に演じた後、感想を話し合わせる。</li> <li>・ 低年齢からの喫煙は特に害が大きく未成年の喫煙は法律で禁止されていることを押さえる</li> </ul> <p>【評】 学習のまとめをする活動を通して、「知識・技能」を評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 酒を飲むと体にどんな影響があるのか知っていることを発表させる。</li> <li>・ 教科書の写真（肝臓の比較）やグラフ、映像や資料などを活用する。</li> <li>・ すぐに現れる影響、長く飲んでいると現れる影響をまとめさせる。</li> <li>・ 発育発達が盛んな時期はアルコールの影響を強く受けることを知らせる。</li> <li>・ 教科書P.49「活用して深めよう」を基に、どんな気持ちでどう行動するか予想し、対処の仕方について話し合わせる。</li> <li>・ 酒を飲むと体にいろいろな影響が表れ、長期間続けると病気になることがあるということ</li> <li>・ 低年齢での飲酒は特に害が大きく未成年の飲酒は法律で禁止されていることを押さえる。</li> <li>・ 覚醒剤や麻薬があることを知らせ、厳しく取り締まられていることを押さえる。</li> <li>・ 教科書の写真（脳の断面の比較）やグラフ、映像や資料などを活用する。</li> <li>・ 一度だけならという軽はずみな行動が、やめられなくなることを強調する。</li> <li>・ 死に至ることがある、また、交通事故を起こすなど身近な問題になっていることを知らせる。</li> <li>・ 保健所や保健センターで行われている活動について、今までの経験をもとに考えさせる。</li> <li>・ 教科書P.52を参考にさせながら、目的に合った調べ方ができるように助言する。</li> <li>・ 伝える方法は学級の実態に合った方法を選択する。</li> <li>・ 病気の予防について、どのように今後の生活の中で生かしていくかを発表させ、実践への意欲を高める。</li> </ul> <p>【評】 学習のまとめをする活動を通して、「知識・技能」を評価する。</p> |
|---|---|

【 備 考 】  
本単元では、病気の発生原因や予防方法について理解できるようにする必要がある。また、喫煙、飲酒、薬物乱用が健康に与える影響について理解できるようにする必要がある。インターネットや各種資料を用いて調べ、話し合いの時間を設定することにより理解を深めさせる。また、ロールプレイングやケーススタディなどの学習方法を用いて、思考力や判断力を養い、実際の生活に応用する力を身に付けることをねらう。