

単元名 保健「心の健康」

配当時間 3時間

- 単元の目標 (1) 心の発達及び不安や悩みへの対処について理解するとともに、簡単な対処をすることができる
 (2) 心の健康について、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。
 (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

05100104_001

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1 心の発達について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 教科書のP. 6～7を比べ、行動の違いについて気付いたことを話し合い、単元の学習課題をつかむ。 ★心の発達や心と体の関係、不安や悩みへの対処の方法を知り、自分の生活に生かそう。 今の自分の考え方や行動を1年生の時と比べ、どのように変化しているかを話し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ・気持ちの面、学習の面、行動の面 心のはたらきと年齢による発達を知る。 <ul style="list-style-type: none"> ・心のはたらきは、大きく分けて3つ（感情、社会性、思考力） ・互いに関連し合っていて、脳で行われている。 教科書P. 8「話し合ってみよう」で、感想を話し合う。 学習のまとめをする。 <p>2 心と体は互いに影響し合うことを知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 心と体が影響し合っていると思われることを発表する。 1年間のできごとを振り返り、その時の気持ちや体の変化について考える。 心と体の関係を表した言葉について考える。 学習のまとめをする。 <p>3 不安や悩みは、誰でももちながら成長することを知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> 今心配なことや気になっていることについて話し合う。 不安や悩みで多かったことやそれ以外の悩みについてまとめる。 不安や悩みの対処の仕方について考える。 悩みがあるときにどうしているかを発表する。 不安や悩みを軽くする方法について話し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ・音楽を聴く、友達と遊ぶ、運動をする、相談するなど 自分に合った解決方法を考える。 悩みを軽くする一つの方法である「体ほぐしの運動」を実際に体験し、感想を話し合う。 単元のまとめをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 身近な生活のいろいろな場面での、心に関係した行動の違いに目を向けさせる。 話し合わせることで、自分では気付かなかった心の発達についても気付かせる。 教科書P. 8から年齢とともに、どのように感情や社会性、思考力が発達していくのかをとらえさせる。 感じたことを話し合わせることで、問題点や解決方法を考えさせる。 心のはたらきと生活経験を重ねることによって心が発達していくことを押さえる。 自分の経験を基に考えさせる。 教科書P. 10の「やってみよう」を基に、自分の生活を振り返らせ、そのときの気持ちと、体への変化について考えさせる。 教科書P. 11「話し合ってみよう」を基に、心と体は深く関係していることを理解させる。 心と体は、互いに影響し合うことを理解させる。 教科書P. 12の「話し合ってみよう」を基に、話し合わせる。 同じような悩みをもっている友達がいることや、誰もが不安や悩みをもっていることに気付かせる。 教科書P. 12の「話し合ってみよう」を基に考えさせる。 教科書P. 13「しりょう」の体ほぐしの運動などを体験させる。 これからの生活の中で活かしていきたいことを話し合わせる。 【評】学習のまとめをする活動を通して「知識・技能」の評価をする。

【 備 考 】

本単元では、心は年齢とともに発達すること及び心と体は相互に影響し合うことについて理解できるようにするとともに、不安や悩みへの対処について理解できるようにする。また、「心と体の相互の影響」や「不安や悩みへの対処方法」などについて学習して身に付けた知識を活用し、「体ほぐしの運動」において「体を動かす楽しさや心地よさ」などを実際に体験することで、知識が体験を通してより確かなものとして習得できるようにする。