

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、心と体とのかかわり、不安や悩みへの対処の仕方に関心をもち、進んで課題を見つけようとしたり、意欲的に課題解決に取り組んだりしようとする。 (2) 心の発達、心と体とのかかわり、不安や悩みへの対処の仕方について、課題を設定し、解決の方法を考えたり、判断したりすることができる。 (3) 心の発達、心と体とのかかわり、不安や悩みへの対処の仕方について、実践的に理解し、自分の生活に役立つ知識を身につける。			
単元を構想する上での留意点	思春期にさしかかっている5年生は、体の成長だけでなく、心の成長も著しい。学校や地域社会における人々とのかかわりが増え、その中で様々な不安や悩みをもつようになってきている。年齢が進むにつれてさらに不安や悩みは多く、しかも大きくなっていく。そこで、本単元では自分の心のはたらきや発達を見つめ直す場（チェックリスト）を設定するとともに、不安や悩みを解決する方法について話し合い、進んで対処しようとする能力や態度を育成することを図る。			
単元展開例				
準 備	1年生用の教科書（国語・算数）			
学 習 活 動			留 意 事 項 な ど	
1 心は年齢とともに発達することを知る。 ○ほしいものが手に入らなかったとき、今と小さいころとではどちらがうか話し合う。 ○心のはたらきについて知り、単元の学習課題をつかむ。 ・感情 ・知能 ・社会性 心について考えよう ○1年生の時と比べて知能が発達したと思えることを発表する。 ○人とのかかわり方はどのように変化してきたか考える。 ○教科書P.15「やってみよう」でロールプレイングを行う。 ○感想を発表し、人とのかかわり方について考える。 ○学習のまとめをする。			・教科書P.14挿絵のドリンクコーナーで泣いている幼児とそれを見ている小学生を比べて考えさせる。 ・少しずつ、感情をコントロールできるようになってきていることに気付かせる。 ・心のはたらきには大きく分けて3つあり、脳で行われていることを知らせる。 ・教科書P.14のコーナーを見て考えさせる。 ・1年生の教科書と今使っている教科書を提示して、実感させる。 ・教科書P.15の絵から考えさせる。 ・保護されていた小さいころに比べ、自分でやれることが増えてきたことから、社会性が発達してきたことを押さえる。 ・ロールプレイングとは、役割を与えて演じさせ、それを通じて問題点や解決方法を考える学習方法である。 ・役割を交代して行わせ、感じたことを発表させる。 ・どちらの言い方をされた方がよかったかを中心に話し合わせる。 ・心は生活経験を重ねることによって発達していくことを押さえる。	
2 心と体は互いに影響し合うことを知る。 ○1年間のできごとを振り返り、心と体が互いに影響し合った経験について話し合う。 ○体に変化が起きた経験を発表する。 ○教科書P.17の作文を読んで話し合う。			・教科書P.16の自己チェックを使って、自分の生活をふり返らせる。 ・チェックされた項目の中で、体の変化が起きた事例を発表させる。 ・心の変化を記述してあるところと体の変化が記述してあるところに、アンダーラインを引かせるとよい。	

○心と体が影響し合っていると思われることを発表する。 ○学習のまとめをする。 3 不安や悩みの対処の仕方について考える。 ○今悩んでいることについて考える。 ○悩みがあるとき，どうしているか話し合う。 ○不安や悩みを解決する方法について話し合う。 ・音楽を聴く ・友達と遊ぶ ・運動をする ・相談する など ○悩みを軽くする1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。	・自分の経験をもとに考えさせる。 ・心と体は互いに影響し合うことを理解させる。 ・教科書P.18の「やってみよう」に○×で自己チェックさせる。 ・今までの経験を基に発言させる。 ・教科書P.18，19の挿絵やグラフを基に考えさせる。 ・教科書P.19「やってみよう」の体ほぐしの運動やその他の体ほぐしの運動を体験させる ・不安や悩みをもつことは心の発達の一つであり，自分にあった解決方法を見つけ，生活の中で生かすよう励ます。 評 学習したことをまとめる活動を通して， 「知識・ 理解」を評価する。
---	---