

単元名	保健「病気の予防」	配当時間	8時間
単元の目標	<p>(1) 病気の起こり方と予防の方法について関心を持ち、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。</p> <p>(2) 病気の起こり方や予防の方法について、課題の解決を目指して考え、判断することができる。</p> <p>(3) 健康の保持増進に必要な生活行動及び病気の起こり方とその予防について、基礎的な事項を理解し、知識を身につけことができる。</p>		
単元を構想する上での留意点	<p>本単元では、病気はどのようにして起きるのか、予防はしたらよいかを各種資料を活用して調べ、病気は病原体・体の抵抗力・生活のしかた・環境がかかわって起こることを理解させる。また喫煙・飲酒・薬物乱用については、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つけることをねらう。</p>		
単元展開例			
準備	<p>歯ブラシ、鏡、食品の空き容器や包装用袋（含まれている塩分が表示されているもの）、カード（たばこや酒の害について予想したことを書きこむ） など</p> <p>薬物防止用資料： 『新訂 喫煙・飲酒・薬物乱用防止に関する指導の手引き（小学校編）』 文部科学省・財団法人日本学校保健会 薬物乱用防止教育小学生用ビデオ『ストップ・ザ・薬物』 文部科学省・財団法人日本学校保健会</p>		
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・環境がかかわり合っておこることを知る。</p> <p>○病気について話し合い、単元の学習課題をつかむ。</p> <p style="border: 1px solid black; padding: 2px;">病気の原因と予防について知ろう</p> <p>○よく知っている病気と症状について話し合う。 ・かぜ ・はしか ・アトピー など</p> <p>○なぜ病気になるのか話し合う。 ・体が疲れていた ・ばい菌が入った など</p> <p>○かぜをひいた原因によって仲間分けする。 ・病原体が原因 ・生活の仕方が原因 ・体の抵抗力が原因 ・環境が原因</p> <p>○学習のまとめをする。</p> <p>2 感染する病気の原因と予防について知る。</p> <p>○インフルエンザにかかったときの経験について話し合う。</p> <p>○病原体はどのようにして体に入るのか話し合う。</p> <p>○病原体が元になって起こる病気の予防法を調べる ・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</p> <p>・うつる道筋を断ち切る方法 うがい 手洗い 学級閉鎖 など</p> <p>○学習のまとめをする。</p>	<p>・病気がどのようにして起こるのか、予防はしたらよいかを、各種資料を使って調べていくことを知らせる。</p> <p>・自分や家族がかかったことのある病気などから、知っている病気をあげる。</p> <p>・かぜを例に挙げて考えさせる。</p> <p>・P.21保健室の先生の話をもとに、原因を病原体、生活のしかた、環境、体の抵抗力の4種類に分けさせる。</p> <p>・4種類の原因はそれぞれ密接にかかわっているため、分類しにくいことを知らせる。</p> <p>・病気は、病原体、生活のしかた、環境、体の抵抗力がかかわり合っておこ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る。</p> <p>・教科書P.22挿絵をもとに、病原体とその動きについて考えさせる。</p> <p>・病原体を保持して外に出している人を他の人から離したり、病原体の感染経路を断ったりすることに気付かせる。</p> <p>・病原体が元になって起こる病気の予防で</p>		

- 3 体の抵抗力を高めておくことの必要性を知る。
- インフルエンザが流行しても感染する人と感染しない人がいるのはなぜか話し合う。
 - 体の抵抗力を高める方法について考える。
 - ・休養や睡眠 ・栄養 ・予防接種 など
 - 体の抵抗力をおとってしまうエイズについて考える。

○学習のまとめをする。

- 4 生活のしかたによって起こる歯の病気について知る。

- むし歯の原因について話し合う。
- むし歯を予防する方法を考える。
 - ・歯磨きをする ・カルシウムをとる
 - ・糖分をとりすぎない など
- むし歯になりやすいところを磨く練習をする。

○学習のまとめをする。

- 5 生活のしかたによって起こるその他の病気について知る。

- むし歯のほかに生活のしかたが関係している病気にはどんな病気があるか発表する。
 - ・糖尿病 ・高血圧 ・心臓病 など
- 生活習慣病について知り、その原因と予防について調べる。
 - ・生活習慣病…がん，心臓病，脳の血管の病気
 - ・原因…糖分，脂肪，塩分のとりすぎ
喫煙，飲酒，不規則な生活
 - ・予防法…食事，運動，睡眠，気分転換
- 日ごろ食べている食品にどれくらい塩分が含まれているか調べる。

○学習のまとめをする。

- 6 たばこの害について知る。

- たばこを吸うとどうなるか知っていることを発表する。
- たばこの害について知る。
 - ・発がん物質 ・目を刺激する ・のどがある
 - ・運動能力の低下
 - ・血管を収縮させ血液の流れを悪くする
- 未成年者の喫煙が法律により禁止されているわけ

は，病原体の発生源をなくし，うつる道筋を断ち切って，病原体を体の中に入れないようにすることを理解させる。

- ・インフルエンザが流行したときにもかからなかった人がいることを思い出させる。
- ・自分の体験を基に考えさせる。

- ・教科書P.25を読みエイズについてまとめさせる。
- ・日常生活では感染しないことを認識させる。
- ・病気の予防には，体の抵抗力を高めておくことが大切なことを理解させる。

- ・日ごろの経験や聞いたことを発表させる。
- ・教科書P.26の図を基に考えさせる。

- ・鏡を使って口の中を観察させ教科書P.27の絵を参考にして磨く練習をさせる。

- ・むし歯の予防には，歯磨きを行い，糖分の多い食べ物をとりすぎないことが大切であることを理解させる。

- ・あらかじめ，食品に含まれている塩分が表示されている空き容器を集めさせておく。

- ・教科書P.28のグラフを参考にさせる。

- ・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。

- ・教科書P.28をもとに考えさせる。

- ・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を知らせる。

- ・よい生活習慣が病気の予防に大きくかわっていることを理解させる。

- ・持ち寄った空き容器の表示を基にグループで調べ，まとめさせる。

- ・調べて気付いたことを発表させる。

- ・生活習慣病の予防には，小学生のころから望ましい生活習慣を身に付けることが大切であるということを押さえる。

- ・カードにグループで考えたことを記入させ，黒板に分類（すぐに現れること，あとで出ること）させる。

- ・教科書写真（肺の断面の比較）やグラフから考えさせ，その後ビデオや資料等を提示して教師が補足する。

- ・グラフから吸い始めた年齢が早いほどが

を考える

- 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。

- 学習のまとめをする。

7 酒の害について知る。

- 酒を飲むとどうなるか知っていることを発表する。

- アルコールが体に入るとどのように吸収され、体に影響を与えるか考える。

- ・肝臓のはたらきが低下する ・肝炎 ・肝臓癌
- ・脳細胞が萎縮する ・飲酒による痴呆
- ・記憶力, 思考力, 意欲が低下する

- 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。

- 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。

- 学習のまとめをする。

8 シンナーや覚醒剤の害について知る。

- シンナーについて知っていることを発表する。

- 薬物が心や体に及ぼす影響について知る。

- ・脳が萎縮する(元に戻ることはない)
- ・脳が正常に働かなくなる
- ・目が見えなくなる
- ・歯が溶けてぼろぼろになる
- ・手足がしびれて歩けなくなる

- 薬物乱用が問題になっている理由について考える。

んになりやすいことに気づかせる。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。

- ・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させる学習方法である。
- ・教科書P.31の「やってみよう」でたばこをすすめる役、断る役に分かれて実際に体験させる。
- ・「始め」と「終わり」の合図を必ず行い、時間は3分以内とする。
- ・実際に演じた後、感想を話し合わせる。
- ・たばこを吸うと、体にいろいろな悪い影響があり、生活習慣病にかかりやすくなることを理解させる。

- ・カードにグループで考えたことを書きこませ、黒板に分類(すぐに現れること、あとで出ること)させる。

- ・飲酒者の症状から体のどこに特徴的に現れるか考えさせる。

- ・教科書挿絵や写真(肝臓の断面の比較)から考えさせ、その後ビデオや資料等を提示して教師が補足する。

- ・アルコールを分解する肝臓のはたらきが弱いので、大人より子供の方が影響を受けやすいことを知らせる。

- ・ケーススタディとは、日常生活で起こりそうな架空の物語で場面を設定し、学習者がその主人公の立場に立ってどのように対処すべきか考えたり話し合ったりする学習方法である。

- ・教科書p.33「お祭りで酒をすすめられた場面」の主人公が、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。

- ・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を理解させる。

- ・ほかにも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。

- ・教科書挿絵や写真(脳の断面の比較)から考えさせ、その後ビデオや資料などを提示して教師が補足する。

- ・一度でも試してからでは遅いものであることを強調する。

- ・なぜ法律で禁止されているのかということ、犯罪や暴力団などのかかわりがあること、身近な問題になっていることを

○シンナー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。

○単元のまとめをする。

知らせる。

・教科書P.35「先輩などからすすめられた場面」の主人公が、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。

評 学習のまとめの活動を通して「知識・理解」を評価する。

薬物防止関連のホームページ

たばこと健康 <http://www.health-net.or.jp/kenkonet/tobacco/front.html>

薬物乱用防止教育 <http://homepage3.nifty.com/hokenkai3/index1.html>