

## 第3学年3組 体育科（保健） 学習構想案

日 時 令和3年9月27日（月）第3校時  
場 所 3年3組教室  
指導者 教諭 田尻 優希奈

### 1 単元構想

単元名	けんこうな生活		
単元の目標	健康な生活に関する課題を見つけ、よりよい解決に向けて考える活動を通して、健康の状態には主体の要因や周囲の環境の要因が関わっていること、また、健康を保持増進するには、運動、食事、休養および睡眠の調和のとれた生活など1日の生活の仕方が深く関わっていること、体を清潔に保つことや生活環境を整えることが必要であることを理解できるようにする。		
単元の評価規準	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	①「健康」という状態について理解している。 ②健康を保持増進するには、運動、食事、休養・睡眠の規則正しい生活の仕方や生活環境を整えることが必要であることを理解している。	①健康に過ごすためには、どんな生活の仕方が良いか考え、説明している。 ②健康に過ごすためには、身の回りの環境をどのように改善していくと良いのか、説明している。	①健康な生活に関するよりよい解決に向けての話し合いや発表などの学習活動に進んで取り組もうとしている。 ②健康でいるために、自分の生活をどのように改善していくと良いのか、生活を振り返るなどの学習に進んで取り組もうとしている。
<b>単元終了時の児童の姿（単元のゴールの姿・期待される姿）</b>			
健康を保持増進するために、「1日の生活の仕方」や「身の回りの環境」を整えることの大切さについて考え、自分の生活を振り返る中で、健康な体を保つために課題を見つけ、解決・実践しようとする児童。			
単元を学習課題（単元の中心的な学習課題）		本単元で働かせる見方・考え方	
毎日を健康に過ごすためには、どうしたらよいか考え、自分の生活をよりよくしよう。		疾病等のリスクの軽減や生活の質の向上、さらには健康を支える環境づくりを目指して、情報の選択や課題解決に主体的に取り組もうとすること。	
<b>指導計画と評価計画（4時間取扱い 本時3／4）</b>			
過程	時間	学習活動	評価の観点等 ★は記録に残す評価の場面で「具体的評価規準」
一	けんこうという たからもの	○健康とは、どのような状態で、どんなことが関係しているか考えよう。 ・「健康」という状態について考える。 ・健康に過ごすために必要なことについて考え、「生活の仕方」と「身の回りの環境」の視点で仲間分けする。 ・健康だとどんなよいことがあるか考える。	【知①】（学習シート） 【主①】（観察・発言）
二	けんこうによい 1日の生活	○毎日を健康に過ごすには、どんな生活の仕方がよいか考えよう。 ・元気な人と元気がない人のそれぞれの1日の生活を提示し、比較しながら気づいたことを出し合う。 ・健康に過ごすためには、どのような1日を過ごすといいのか話し合う。 ・自分の生活について振り返り、どのように改善していくと良いのかを考える。	【思①】（学習シート・発言） 【知②】（学習シート・発言）
	体のせいけつと けんこう	○体を清潔に保つために、自分たちができることを考えよう。（本時） ・体を清潔に保つための方法を出し合う。 ・自分の手洗いでどのくらいの汚れが落ちているのかを確認する。 ・自分の生活を振り返り、どのように改善していくと良いのかを考える。	【思①】（学習シート・発言）
三	けんこうによい かんきょう	○毎日を健康に過ごすには、身の回りの環境をどのように整えたらいいか考えよう。 ・イラストから、問題点を出し合い、どのように改善していくべきかを考える。	【思②】（学習シート・発言） 【主②】（観察・発言）

## 2 本時の学習

### (1) 目標

体を清潔にする必要性について考え、自分の生活を見直し、具体的に実践できる生活行動を考える。

(思考、判断、表現力)

### (2) 展開

過程	時間	学習活動 (◇予想される児童の発言)	指導上の留意事項 (学習活動の目的・意図、内容、方法等)
導入	10分	<p><b>1 課題をつかむ。</b></p> <p>① 水で濡らした脱脂綿で手をよく拭き、汚れを調べる。 ◇意外に汚れている。 ◇見た目はきれいなのに。</p> <p>② 目に見えない菌について知る。(T2)</p> <p><b>2 めあてを確認する。</b></p>	<p>○ きれいそうに見えても、実際は汚れていることに気づかせ、手には汚れがつきやすいことを認識させる。</p> <p>○ 目に見えない菌は手にたくさんついており、その菌が病気の原因になることをおさえる。(T2)</p>
		<p><b>【めあて】体をせいけつにたもつために、自分たちにできることを考えよう。</b></p>	
展開	30分	<p><b>3 課題解決に向けて活動する。</b></p> <p>① 1日の生活の様子のイラストを見ながら、体を清潔に保つために自分たちにできることを考える。</p> <p>② 全体で共有する。 ◇お風呂に入る。 ◇手を洗う。 ◇歯みがきする。 ◇歯みがきをする。</p> <p>③ 自分たちにできる行動を知る。(T2)</p> <p>④ 手洗いチェッカーで自分たちの手の汚れを調べる。 ◇水だけではきれいに落とせていない。 ◇石けんを使っても汚れているところがある。 ◇指の間などに汚れがたまっている。</p> <p>⑤ 手の汚れやすい場所や正しい手洗いの仕方について知る。(T2)</p> <p>⑥ 自分の生活を振り返り、体を清潔に保つために実践できる具体的な生活行動を考える。</p> <p><b>【期待される学びの姿】</b> 自分の生活行動を見直し、体を清潔にするために、具体的に改善する生活行動を決めている。</p> <p>◇ご飯を食べる前の手洗いは、石けんを使って洗いたい。 ◇運動した後は、汗をしっかりとふいて、着替える。 ◇毎日きれいなハンカチを持ってくる。</p>	<p>○ 1日の生活の様子を掲示することで、自分たちが普段行動していることが、体を清潔に保つことに繋がっていることに気づかせる。</p> <p>○ 下着やくつ下の汚れを調べた実験動画を見て、下着や靴下を毎日取り替える大切さに気づかせる。</p> <p>○ 健康のためには、衣服などの清潔を保つことが必要であることを整理する。</p> <p>○ 手洗いチェッカーを使うことで、自分の手洗いが上手くてきているかどうかや、手で汚れやすい場所について確認する。</p> <p>○ 特に汚れていた部分を、イラストに書き込むことで、汚れやすい場所に気づかせる。</p> <p>○ 聞き慣れた手洗いの歌を活用しながら、正しい手洗いの方法を説明する。(T2)</p> <p>○ 事前にとった生活のアンケートの結果を活用することで、自分たちの課題を掴み、実践への意欲を高める。</p>
		<p><b>【具体的評価規準】観点</b> ○体を清潔に保つための方法を知り、自分の生活を振り返って、具体的に改善する生活行動を考えている。 (方法：観察・ワークシート)</p>	
		<p><b>【到達していない児童への手立て】</b> ○ 学習の中で見た動画や手洗いチェッカーで見た洗い残しなどの例を挙げ、どうすれば改善することができるか、声をかける。</p>	
終末	5分	<p><b>4 めあてに対する振り返りをする。</b></p>	
		<p><b>【まとめ】体をせいけつにたもつために手や体をあらったり、下ぎやくつ下、ハンカチを毎日とりかえたりすることが大切である。</b></p>	
		<p>◇思っていたより、手が上手く洗えていなかったから、今度からきれいに洗いたい。 ◇手の汚れやすい場所が分かった。 ◇手を洗ったり、下着などを毎日変えたりして、健康に過ごしていきたい。</p>	<p>○ 健康に過ごすためには、第2時で学習した「身の回りの環境」も関わっていることを振り返り、次時の予告をする。</p>