

保健指導案(第6学年)

1. 単元名

か・ら・だ ～食べてハッピー～

2. ねらい

- おいしくものを食べるためには、歯と口の健康が大切であることに気づく。
- 健康なからだをつくるには、よくかむことが大切なことを理解する。
- 食べることは、心身の健康につながることに気づく。
- “たべる”ときに、意識して五感を使って食べる工夫をする。
- 五感を使って食事をする楽しさを知り、豊かな食生活を送ることができるようにする。

S	具体的な視点	時	ねらい・学習活動
1	課題発見 ～知る～ 日常生活との関連を図る 興味・関心をもたせる ◎生活・社会の課題を見つけさせる 自分の行動を振り返えさせる		ねらい ・ おいしくものを食べるためには、歯と口の健康が大切であることに気づく。 活動 ・ 「たべる」ことについてグループでブレインストーミングを行う中で様々な目的を考える。 ・ 「たべる」ためには、健康な歯や口が大切なことに気づく。
2	正しい価値観・規範意識 ～教える～ 行動・態度の価値づけをする 行動の原因を追求させる 情報収集をさせる ◎判断基準を明確にさせる		ねらい ・ 健康なからだをつくるには、よくかむことが大切なことを理解する。 ・ 食べることは、心身の健康につながることに気づく。 活動 ・ 宇宙飛行士の食事（宇宙食）の変化から、よくかむこと、歯や口の健康、食事の見た目の大切さに気づく。
3	技能の習得・対処方法 ～学ぶ・学び合う～ ◎スキルトレーニング ◎正しい行動様式を習得する 対処方法などを身に付けさせる 具体的場面での活用を理解させる		ねらい ・ “たべる”ときに、意識して五感を使って食べる工夫をする。 活動 ・ ただ食べるだけでなく、見たり、よくかんだり、においを嗅いだり、よく味わうということを意識する。
4	日常実践・活用 ～実践・活用する～ 学校・家庭・地域で実践させる 参加体験的な活動をさせる 意識して行動させる ◎役立つ実感をもたせる		ねらい ・ 豊かな食生活を送ることができるように、自分なりにできることを考える。 活動 ・ 自分で実行することができる目標を設定し、実行する。
5	評価・改善 ～振り返る・行動目標～ ◎正しい自己評価をさせる まとめ・発表・報告をさせる 相互・教師・保護者評価 今後の改善・向上をもたせる		ねらい ・ 五感を使って食事をする楽しさを知り、豊かな食生活を送ることができるようにする。 活動 ・ 自分の書いた目標を家庭に持ち帰り実践する。 ・ 自己評価をする。 ・ 保護者にコメントをもらい協力してもらう。

3. 学習指導案

◆第1時

本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・食べるためには、歯と口の健康が大切であることに気づく。 ・健康なからだをつくるには、よくかむことが大切なことを理解する。 ・食べることは、心身の健康につながることに気づく。 	1/2時間
--------	---	-------

過程	指導の目的	学習活動
導 入	<ul style="list-style-type: none"> ・グループでブレインストーミングをすることで個々に考えていることをふくらませる。【T1】 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">「たべる」についてのブレインストーミングをしよう</div> <ul style="list-style-type: none"> ○ “たべる” から連想すること（食べ物以外）についてのブレインストーミングを行う。（意見は、手持ちの短冊カードに書く。） ○ 発表しながら出た意見を分類する。
展 開	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケート結果から実態を把握させる。 ・宇宙飛行士の絵と写真から、かむことの重要性、見た目の変化などに気づかせる。【T2】 ・宇宙飛行士の資料から、かむことの大切さに気づかせ、そのためには健康な歯や口が大切であることを理解させる。【T2】 ・友だちの感想を聞き、自分では気がつかなかった意見を共有する。【T1】 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 品川区のアンケートから、『食事の時間はたのしいですか』、『あなたはいつも食事をよくかんで食べていますか』についての実態を知る。 ○ 自分たちの結果とくらべてみる。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">どうして変化したのか考えましょう</div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 宇宙飛行士の絵（昔の宇宙食）と写真（現在の宇宙食）を見せて、どうして変化したのかを考える。 ○ 気づいたことを、ワークシートに記入する。 ○ 気づいたことを発表する。 ○ かむことによって起こるからだへのよい影響、健康な歯や口の大切さを知る。 ○ 今日の学習を振り返って、感想を記入する。 ○ 発表する。
ま と め	<ul style="list-style-type: none"> ・よくかむということは、からだによい影響がある。 ・食事を通して、栄養を摂取するというだけでなく、食べる喜びを味わってほしい。そのためにも健康な歯や口が大切である。 	確認する視点
学習評価	<p><ねらいに対する具体的な評価基準></p> <ul style="list-style-type: none"> ○宇宙飛行士の資料からかむことの大切さを知り、そのために健康な歯や口が大切であることに気づくことができたか。 	
授業評価	<p><ねらいに迫るための手立てについて></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ ブレインストーミングの内容が導入として適切であったか。 ○ 宇宙飛行士の食事の話が自分たちの歯や口の健康を考えるきっかけになっていたか。 	

◆第2時

本時のねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・“たべる”ときに、意識して五感を使って食べる工夫をする。 ・五感を使って食事をする楽しさを知り、豊かな食生活を送ることができるようにする。 	2/2 時間
--------	---	--------

過程	指導の目的	学習活動										
導 入	<ul style="list-style-type: none"> ・ 健康な歯や口の大切さや、かむことによって起こるからだへのよい影響を思い出させる。【T2】 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 前時のふりかえりを行う。 										
展 開	<ul style="list-style-type: none"> ・ 目かくし実験から、食べるときには口だけではなく五感を使って食べていることに気づかせる。【T1, T2】 ・ 普段とどのように違うか考えさせる。【T1, T2】 ・ サプリメントに対する理解を深める。【T2】 ・ “たべる”から連想したウェーブマットの掲示、前時のワークシートを参考に、自分にできる「豊かな食生活を送るためにできること」を想起させる。【T1】 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">私たちは「たべる」ときにどこをつかっているかな</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 2人1組になり、1人が目かくしをしよう1人が食材を食べさせる。 ○ においをよく嗅ぐ、よくかむ、味わうということに意識して食べる。 ○ 交代して目かくし実験を行う。 ○ 食べた食材と実験から気が付いたことを、ワークシートに記入する。 ○ 気づいたことを発表する。 ○ 普段の食事は、口だけではなく五感を使って味わっていることを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">給食とサプリメントの食事をくらべてみよう</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ サプリメントの機能と子どもへの害を知る。 ○ 本物の食事とは味やにおいなどが違うことを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">豊かな食生活を送るために自分でできることはどんなことですか</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ 豊かな食生活を送るために自分なりにできることをワークシートに記入する。 ○ 意見を発表する。 										
ま と め	<p>豊かな食生活を送るためにできることを実行していきましょう。 (5日間実行して、保護者からもコメントをもらう)</p>	<p style="text-align: center;">確認する視点</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;"><input type="checkbox"/>課題意識 (関心)</td> <td style="width: 50%;"><input type="checkbox"/>技能の習得</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/>課題把握・発見</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>生活への活用</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/>価値付け・道徳性</td> <td><input type="checkbox"/>自己評価</td> </tr> <tr> <td><input checked="" type="checkbox"/>認識 (知識・理解)</td> <td><input checked="" type="checkbox"/>自己改善</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/>認識 (思考・判断)</td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </table>	<input type="checkbox"/> 課題意識 (関心)	<input type="checkbox"/> 技能の習得	<input checked="" type="checkbox"/> 課題把握・発見	<input checked="" type="checkbox"/> 生活への活用	<input type="checkbox"/> 価値付け・道徳性	<input type="checkbox"/> 自己評価	<input checked="" type="checkbox"/> 認識 (知識・理解)	<input checked="" type="checkbox"/> 自己改善	<input type="checkbox"/> 認識 (思考・判断)	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 課題意識 (関心)	<input type="checkbox"/> 技能の習得											
<input checked="" type="checkbox"/> 課題把握・発見	<input checked="" type="checkbox"/> 生活への活用											
<input type="checkbox"/> 価値付け・道徳性	<input type="checkbox"/> 自己評価											
<input checked="" type="checkbox"/> 認識 (知識・理解)	<input checked="" type="checkbox"/> 自己改善											
<input type="checkbox"/> 認識 (思考・判断)	<input type="checkbox"/>											
学習評価	<p><ねらいに対する具体的な評価基準></p> <p>○前時での活動 (ブレインストーミングやアンケート結果など) や目かくし実験を参考に、自分なりの「豊かな食生活を送るためにできること」を考えられたか。</p>											
授業評価	<p><ねらいに迫るための手立てについて></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 「目かくし実験」を行うことで、五感を使って食事することへの気づきになっていたか。 ○ 『豊かな食生活を送るためにどんなことするか』を導くための発問は適切であったか。 											