

保健領域の指導計画

保健 5・6年

単元(章)名	1単元(章) 心の健康	教科書のページ	p.4～19
配当時数	3時間	学習指導要領の内容	第5学年および第6学年 G 保健 (1)

単元(章)の目標		心の健康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、心は、さまざまな生活経験を通して年齢に伴って発達すること、また、心と体は深く影響し合っていること、不安や悩みは誰もが経験すること、それらへの対処にはいろいろな方法があることを理解し、不安や悩みを緩和するための簡単な対処ができるようにする。
単元(章)の観点別評価規準	知識・技能	心は、さまざまな生活経験を通して年齢に伴って発達すること、また、心と体は深く影響し合っていること、不安や悩みは誰もが経験すること、それらへの対処にはいろいろな方法があることを理解し、不安や悩みを緩和するための簡単な対処を行っている。
	思考・判断・表現	心の健康に関わることから課題を見つけ、心をよりよく発達させたり不安や悩みに対処したりする視点から、解決の方法を考え、適切なものを選び、それらを表現している。
	主体的に学習に取り組む態度	学習活動に粘り強く取り組む中で、心の健康の大切さに気づき、心をよりよく発達させたり不安や悩みに対処する方法を考えたりする学習活動に進んで取り組もうとしている。

【各時の目標および学習活動など】

●観点別評価の方法

[知識・技能] …ノートなどの記録や小テスト、まとめの単元(章)テストなどを基にして、単元(章)を総合して評価する。

[思考・判断・表現] …各時の中心活動(ステップ2～3)で重点的に評価する。

[主体的に学習に取り組む態度] …学習活動への取り組みで特記すべきことなどを適宜記録し、資料を蓄積して、単元(章)を総合して評価する。

*各時の評価規準は、HPにアップされている「単元(章)の目標と評価規準(5・6年)」p.1～2を参照。

目標	時数	学習活動	評価の観点		
(1)心の発達(教科書 p.5～8)		他教科の関連:家庭、道徳	知	思	態
・心は、いろいろな生活経験を通して、年齢に伴って発達することを理解できるようにする。	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、心の発達に気づき、課題を見つける。			○
		ステップ2-1 教科書の漫画を読んで、5年生のあきらさんと、5才のあきらさんの行動の違いを考える。		○	○
		ステップ2-2 教科書の絵を参考に、どのような経験を通して心が発達するのかを考える。		○	○
		ステップ3 学習したことを基に、絵本を取り合っている二人にかける言葉を考える。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○
(2)心と体のつながり(教科書 p.9～12)		他教科との関連:道徳	知	思	態
・心と体には、密接な関係があることを理解でき	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、心と体のつながりに気づき、課題を見つける。			○

<p>るようにする。</p>		<p>ステップ 2-1 教科書の絵の各場面について自分の経験を思い出し、体の変化の例から当てはまる項目を選ぶ。</p>		○	○
		<p>ステップ 2-2 教科書の絵の各場面について自分の経験を思い出し、心の変化の例から当てはまる項目を選ぶ。</p>		○	○
		<p>ステップ 3 学習したことを基に、まなみさんの状態の原因について考える。</p>		○	○
		<p>ステップ 4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。</p>	○		○
<p>(3)不安やなやみがあるとき (教科書 p.13~19) 他教科との関連: 体育、道徳</p>			知	思	態
<ul style="list-style-type: none"> ・不安や悩みへの対処には、大人や友達に相談する、仲間と遊ぶ、運動をするなどいろいろな方法があることを理解できるようにする。 ・不安や悩みへの対処として、体ほぐしの運動や深呼吸を取り入れた呼吸法などを理解し、行うことができるようにする。 	1	<p>ステップ 1 問いについて考える活動を通して、自分の不安や悩みに気づき、課題を見つける。</p>			○
		<p>ステップ 2 不安や悩みがあるとき、ふだんの自分がしていることを考える。</p>		○	○
		<p>ステップ 3 学習したことを基に、例 1~3 の不安や悩みについて、自分にとって効果がありそうな対処の方法を考える。</p>		○	○
		<p>実習 不安や悩みがあるときの対処として、呼吸法や軽い運動の方法を理解し、実際に行う。</p>	○		○
		<p>ステップ 4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。</p>	○		○

単元(章)名	2 単元(章) けがの防止	教科書のページ	p.20～43
配当時数	5 時間	学習指導要領の内容	第5学年および第6学年 G 保健 (2)

単元(章)の目標		けがの防止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、交通事故、身の回りの生活の危険や地震などが原因となって起こるけがの発生要因や防止の方法、けがの悪化を防ぐための簡単な手当の方法などを理解できるようにする。また、けがなどの簡単な手当を行うことができるようにする。
単元(章)の観点別評価規準	知識・技能	交通事故、身の回りの生活の危険や地震などが原因で起こるけがの防止には、周囲の危険に気づくこと、的確な判断のもとに安全に行動すること、環境を安全に整えること、けがなどの簡単な手当はすみやかに行う必要があることを理解し、けがなどの簡単な手当を行っている。
	思考・判断・表現	けがの防止に関わる事象から課題を見つけ、危険の予測や回避をしたり、けがを手当したりする方法を考え、それらを表現している。
	主体的に学習に取り組む態度	学習活動に粘り強く取り組む中で、安全の大切さに気づき、けがの防止や手当についての学習活動に進んで取り組もうとしている。

【各時の目標および学習活動など】

●観点別評価の方法

【知識・技能】…ノートなどの記録や小テスト、まとめの単元(章)テストなどを基にして、単元(章)を総合して評価する。

【思考・判断・表現】…各時の中心活動(ステップ2～3)で重点的に評価する。

【主体的に学習に取り組む態度】…学習活動への取り組みで特記すべきことなどを適宜記録し、資料を蓄積して、単元(章)を総合して評価する。

*各時の評価規準は、HPにアップされている「単元(章)の目標と評価規準(5・6年)」p.3～4を参照。

目標	時数	学習活動	評価の観点			
(1)事故やけがの原因と防止 (教科書 p.21～26) 他教科との関連:道徳			知	思	態	
・交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがは、人の行動や環境が関わって発生すること、またその防止には、周囲の危険に気づくこと、的確な判断のもとに安全に行動すること、環境を安全に整えることが必要であることを理解できるようにする。	2	ステップ1 問いについて考える活動を通して、事故やけがの原因に気づき、課題を見つける。			○	
		ステップ2-1 教科書の事例から、事故やけがが起こる原因を考える。		○	○	
		ステップ2-2 教科書の事例から、事故が起きた原因を人の行動と環境の面から考える。		○	○	
		ステップ2-3 教科書の事例から、事故やけがを防ぐ方法を人の行動と環境の面から考える。		○	○	
		ステップ3 学習したことを基に、教科書の事例から、潜んでいる危険を予測し、回避する方法を考える。			○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。		○		○
(2)交通事故の防止 (教科書 p.27～30) 他教科との関連:社会、道徳			知	思	態	
・交通事故の防止には、周囲の危険に気づくこと、的確な判断のもとに安全に行動すること、環境を安全に整えることが必要であることを理解	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、交通事故の原因に気づき、課題を見つける。			○	
		ステップ2 教科書の資料から交通事故の原因を調べ、それらを参考にしながら、教科書の事例から交通事故の危険を予測し、回避する方法を考える。		○	○	

できるようにする。		ステップ3 学習したことを基に、交通事故につながりやすい人の行動と環境の視点から、交通事故を防止するための環境整備について考える。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○
(3)犯罪被害の防止（教科書 p.31～35） 他教科との関連:社会、道徳			知	思	態
・犯罪被害の防止には、周囲の危険に気づくこと、的確な判断のもとに安全に行動すること、環境を安全に整えることが必要であることを理解できるようにする。	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、犯罪被害の危険に気づき、課題を見つける。			○
		ステップ2 教科書の二つの資料から、犯罪被害が起こりやすい場所や状況を考える。		○	○
		ステップ3 学習したことを基に、教科書の二つの絵を比較し、犯罪被害が起こる危険を予測し、回避する方法を考える。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○
●自然災害によるけがの防止（発展）（教科書 p.36～38） 他教科との関連:社会、理科、道徳			知	思	態
・自然災害によるけがを防止するには、周囲の危険に気づくこと、的確な判断のもとに安全に行動すること、環境を安全に整えることや日頃の備えなどが必要であることを理解できるようにする。		○教科書の写真などを参考に、地震による災害の例を挙げる。			○
		○地震によるけがを防止するにはどうしたらよいかを考える。		○	○
		○学習したことを基に、教科書の絵から、危険を予測し、対策を考える。		○	○
(4)けがの手当（教科書 p.39～43） 他教科との関連:道徳			知	思	態
・けがなどの簡単な手当は、すみやかに行う必要があることを理解できるようにする。 ・実習を通して、けがの簡単な手当の方法を理解し、行うことができるようにする。	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、けがをしたときの手当の必要性に気づき、課題を見つける。			○
		ステップ2（実習） けがなどの簡単な手当の正しい方法を理解し、実際に行う。	○		○
		ステップ3 学習したことを基に、教科書の事例における手当の方法を考える。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○

単元(章)名	3 単元(章) 病気の予防	教科書のページ	p.44～76
配当時数	8 時間	学習指導要領の内容	第5学年および第6学年 G 保健 (3)

単元(章)の目標		病気の予防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、病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐこと、病原体に対する体の抵抗力を高めることおよび望ましい生活習慣を身につけることが必要であること、また、喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となること、更に、地域において保健に関わるさまざまな活動が行われていることなどを理解できるようにする。
単元(章)の 観点別 評価規準	知識・技能	病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐこと、病原体に対する体の抵抗力を高めることおよび望ましい生活習慣を身につけることが必要であること、また、喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となること、更に、地域において保健に関わるさまざまな活動が行われていることなどを理解している。
	思考・判断・表現	病気の予防や回復に関わることから課題を見つけ、病気を予防する視点から解決の方法を考え、適切な方法を選び、それらを表現している。
	主体的に学習に取り組む態度	学習活動に粘り強く取り組む中で、健康の大切さに気づき、病気の発生要因や予防についての学習活動に進んで取り組もうとしている。

【各時の目標および学習活動など】

●観点別評価の方法

[知識・技能] …ノートなどの記録や小テスト、まとめの単元(章)テストなどを基にして、単元(章)を総合して評価する。

[思考・判断・表現] …各時の中心活動(ステップ2～3)で重点的に評価する。

[主体的に学習に取り組む態度]…学習活動への取り組みで特記すべきことなどを適宜記録し、資料を蓄積して、単元(章)を総合して評価する。

*各時の評価規準は、HPにアップされている「単元(章)の目標と評価規準(5・6年)」p.5～6を参照。

目標	時数	学習活動	評価の観点		
(1)病気の起こり方(教科書 p.45～48)		他教科との関連:家庭、道徳	知	思	態
・病気は、病原体、体の抵抗力、生活行動、環境が関わり合って起こることを理解できるようにする。	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、病気の原因に気づき、課題を見つける。			○
		ステップ2 かぜをひく原因をいくつかの要因に分け、整理する。		○	○
		ステップ3 学習したことを基に、かぜ以外の病気の要因を考える。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○
(2)感染症の予防(教科書 p.49～54)		他教科との関連:道徳	知	思	態
・病原体が主な要因となって起こる病気の予防には、病原体が体に入るのを防ぐことや病原体に対する体の抵抗力を高めることが必要であることを理解できるようにする。	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、さまざまな感染症があることに気づき、課題を見つける。			○
		ステップ2-1 教科書の資料などを基に、病原体に感染して病気になる道筋を考え、話し合う。		○	○
		ステップ2-2 ステップ2-1で学習したことと教科書の資料などを基に、感染症を予防する方法を考える。		○	○

		ステップ3 学習したことを基に、事例の先生の行動の意味を考える。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○
(3)生活習慣病の予防（教科書 p.55～60） 他教科との関連:理科、家庭、道徳			知	思	態
・生活習慣病など生活行動が主な要因となって起こる病気の予防には、適切な運動、栄養の偏りのない食事をとること、口腔の衛生を保つことなど、望ましい生活習慣を身につける必要があることを理解できるようにする。	2	ステップ1 自分の日頃の生活を振り返る活動を通して、生活行動と健康について気づき、課題を見つける。			○
		ステップ2-1 教科書の資料などを基に、日本人の死因に占める生活習慣病の割合を調べる。		○	○
		ステップ2-2 教科書の資料などを基に、心臓病や脳卒中の起こり方を調べ、生活習慣との関わりを考える。		○	○
		ステップ2-3 教科書の資料などを基に、むし歯の起こり方を調べ、生活習慣との関わりを考える。		○	○
		ステップ2-4 教科書の資料などを基に、歯周病の起こり方を調べ、生活習慣との関わりを考える。		○	○
		ステップ3 学習したことを基に、生活習慣病につながる自分の生活行動やその対策を考える。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○
(4)喫煙の害と健康（教科書 p.61～64） 他教科との関連:理科、道徳			知	思	態
・喫煙は健康を損なう原因となることを理解できるようにする。	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、喫煙と健康との関わりに気づき、課題を見つける。			○
		ステップ2-1 教科書の資料などを参考に、喫煙をしてすぐに体に現れる害を調べる。		○	○
		ステップ2-2 教科書の資料などを参考に、喫煙を長期間続けたときの害を考える。		○	○
		ステップ3 学習したことを基に、ステップ1の各場所では、なぜそのような対策をとる必要があるのかを考え、伝え合う。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○
(5)飲酒の害と健康（教科書 p.65～68） 他教科との関連:理科、道徳			知	思	態
・飲酒は健康を損なう原因となることを理解できるようにする。	1	ステップ1 問いについて考える活動を通して、飲酒と健康との関わりに気づき、課題を見つける。			○
		ステップ2-1 教科書の資料などを参考に、飲酒をしてすぐに体に現れる害を調べる。		○	○
		ステップ2-2 教科書の資料などを参考に、飲酒を長期間続けたときの害を調べる。		○	○
		ステップ3 学習したことを基に、20才になった自分に向けたメッセージを考える。		○	○
		ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。	○		○
(6)薬物乱用の害と健康（教科書 p.69～72） 他教科との関連:理科、道徳			知	思	態

<p>・薬物乱用は健康を損なう原因となることを理解できるようにする。</p>	1	<p>ステップ1 問いについて考える活動を通して、薬物乱用と健康との関わりに気づき、課題を見つける。</p>			○
		<p>ステップ2-1 教科書の資料などを参考に、薬物乱用の体への害を調べる。</p>		○	○
		<p>ステップ2-2 教科書の資料などを参考に、薬物乱用が厳しく禁止されている理由を考え、説明する。</p>		○	○
		<p>ステップ3 学習したことを基に、「薬物には手を出さない」という決意と、その理由を記入する。</p>		○	○
		<p>ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。</p>	○		○
<p>(7)地域の保健活動（教科書 p.73～76）他教科との関連：社会、道徳</p>			知	思	態
<p>・地域では、保健に関わるさまざまな活動が行われていることを理解できるようにする。</p>	1	<p>ステップ1 問いについて考える活動を通して、地域の保健活動に気づき、課題を見つける。</p>			○
		<p>ステップ2 教科書の資料などを参考に、地域で行われている保健活動を調べる。</p>		○	○
		<p>ステップ3 自分の地域で行われている保健活動を調べ、利用の仕方を考える。</p>		○	○
		<p>ステップ4 学習をまとめて、毎日の生活や、これからの学習に生かせることを考える。</p>	○		○