

令和6年度用

小学校保健用

---

---

「新しい保健」  
年間指導計画作成資料  
【5年】

---

---

単元名	1章 心の健康		教科書のページ	p.4～19
配当時数	3時間	活動時期	学習指導要領の内容	第5学年及び第6学年 G 保健 (1)

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、感情、社会性、思考力など、さまざまな働きの総体として捉えることができる心が、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、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できるようにする。また、不安や悩みを緩和するための対処の方法を行うことができるようにする。
章の観点別評価規準	知識・技能	心の発達および不安や悩みへの対処について理解しているとともに、簡単な対処についての技能を身につけている。 ・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している。 ・心と体には、密接な関係があることを理解している。 ・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しているとともに、不安や悩みへの簡単な対処についての技能を身につけている。
	思考・判断・表現	心の健康について、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。
	主体的に学習に取り組む態度	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に進んで取り組もうとしている。

目標	時数	学習活動	評価の観点と方法
(1)心の発達		★他教科との関連: 家庭, 道徳	
・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。 p.5～8	1	<b>ステップ 1</b> 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。 <b>ステップ 2-1</b> 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。 <b>ステップ 2-2</b> 教科書のイラストを参考に、どのような経験を通して心が発達するのかを考える。 <b>ステップ 3</b> 学習したことを基に、ボールを取り合っている二人に掛ける言葉を考える。 <b>ステップ 4</b> 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。	[思判表]発言・記録 [態度]発言・記録 [知技]記録
(2)心と体のつながり		★他教科との関連: 道徳	
・心と体には、密接な関係があることを理解できるようにする。 p.9～12	1	<b>ステップ 1</b> 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。 <b>ステップ 2-1</b> 教科書のイラスト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。 <b>ステップ 2-2</b> 教科書のイラストの各場面について自分の経験を思い出し、心の変化	[思判表]発言・記録 [態度]発言・記録

		<p>の例から当てはまる項目を選ぶ。</p> <p><b>ステップ 3</b> 学習したことを基に、まなみさんに掛ける言葉を考える。</p> <p><b>ステップ 4</b> 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>	[知技]記録
<b>(3)不安やなやみがあるとき</b>		<b>★他教科との関連: 家庭, 道徳</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul> <p style="text-align: right;">p.13~18</p>	1	<p><b>ステップ 1</b> 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><b>ステップ 2</b> 不安や悩みで困ったとき、ふだんの自分がしていることを考える。</p> <p><b>実習</b> 不安や悩みで困ったときのリラクゼーションに役立つ呼吸法や軽い運動の方法を理解し、実際に行う。</p> <p><b>ステップ 3</b> 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><b>ステップ 4</b> 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>[思判表]発言・記録</p> <p>[態度]発言・記録</p> <p>[知技]実習・記録</p> <p>[知技]記録</p>