

# 体育・保健体育科学習指導案

## 単元名「健康な生活と疾病の予防 がんの予防」

令和7年11月20日(木) 第5校時 2年

### 1 単元(題材)の目標及び児童(生徒)の実態

	目標	児童(生徒)の実態
知識及び技能	・健康の保持増進や疾病の予防について、基本的な知識とその生活との関連性を理解する。	・事前のアンケートで、がんの原因は喫煙だけでなく生活習慣からも起因していると回答した生徒が7割ほどいた。 ・がん=治らない、死んでしまうという間違ったイメージを持っている生徒もいる。
思考力、判断力、表現力等	・生活習慣病などの予防に関する事象や情報から自他の課題を発見し、疾病のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりする方法を考え、伝え合うことができるようにする。	・課題に対して、自分の考えを持ったり、他者との意見交換を活発に行ったりできる生徒が多い。反面、考えを共有することが苦手とする生徒も数名いる。
学びに向かう力、人間性等	・健康な生活と疾病の予防についての学習を通して、自他の健康の保持増進を目指し自主的に取り組むことができるようにする。	・運動について興味・関心が高い生徒が多く、意見も活発に出る。反面、集中力が続かなかったりすることもある。

### 2 評価規準

知識・技能	①生活習慣病は日常の生活習慣が要因となって起こる疾病であり、予防するためには適切な生活習慣を身に付けるが有効であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ②がんについての正しい知識を理解するとともに、その予防には生活習慣病同様に、適切な生活習慣を身に付けることが有効であることについて言ったり書いたりしている。
思考・判断・表現	①自身の生活を振り返り、生活習慣病やがんにならないための生活行動を考えたり、理想の生活習慣を考えたりして他者に伝えている。
主体的に学習に取り組む態度	①健康な生活と疾病の予防についての学習に、自主的に取り組もうとしている。

### 3 指導及び評価、ICT活用の計画(全8時間:本時第4時) ※観点別に、評価規準の数字を記載

時	学習活動	評価機会		
		知	思	態
1	・生活習慣病の起こり方について理解する。(b) 単元の課題 健康の保持増進や病気の予防に関わる要因を知り、適切な対策を理解することができるようにする	①		①
2	・生活習慣病の予防について理解する。(b)		①	
3	・がんについての知識を学ぶ。(a)(b)	②		①
4	・がんについての予防法を考え、他者と共有する。(a)(b)		①	
5	・喫煙の害について理解する(b)	①		
6	・飲酒の害について理解する。(b)	①		
7	・薬物乱用について理解する。(b)	①		
8	・薬物や喫煙、飲酒の社会的影響について考える。(b)		①	①

\*活用する学習支援ソフト等:(あ) (い)

\*活用するコンテンツ等:(a) 文科省モジュール (b) Dマークコンテンツ

II 本時の学習（4／8）

1 ねらい 自分自身の生活を振り返り、がん予防のために今の自分にできる生活の改善策を考え、発表することができる。

2 展開

【★ICT活用に関する事項】

主な学習活動 予想される児童・生徒の反応〔S〕	主な発問 ○指導上の留意点 ◆評価項目（観点）
1 前時の学習内容を振り返り、本時のめあてをつかむ。（5分）  <めあて>：自分の生活を振り返り、がんにかかるリスクを減らす生活の仕方について考えよう。	○本時の学習のめあてをつかみやすくするため既習事項について復習をする。 ○身近な人をがんで亡くしている生徒や、身近にがん患者がいる生徒に対して配慮しながら授業を進めていく。
2 養護教諭より、事前にとった生活リズムチェックシートのクラスの集計結果を聞き、クラスの現状を知る。（5分） S：みんな寝る時間が遅いな S：メディア時間が長いな  3 自身の生活リズムチェックシートから課題を一つ見付け、その原因と解決策をワークシートに記入する。（15分） S：寝る時間が遅いのはスマホをいじる時間が長いからかな。少し減らそう。 S：朝食を食べないことが多いな。もう少し起きる時間を早くしよう。 S：親がたばこを吸っているので、禁煙を勧めよう。  4 グループで各自の課題と解決策を発表し合い、自分の考えを見直す。（15分）	○より自分たちのこととして考えられるようにするために、クラスの生活リズムについての傾向を提示する。 ○結果の傾向を理解しやすくするためにグラフ等を用いるなど視覚的に捉えられるようにする。 ○集計結果を見ながらも、望ましい生活習慣が意識づけできるようにするために、それぞれの項目の望ましい生活習慣の選択肢に色を付ける。  ○個人の課題が見付けられるようにするために、生活リズムチェックシートを個人に返却し、各項目について見直せるようにする。 ○個人の課題に対する原因や解決策に気付けるようにするために、下記のような問いかけをする。 ・寝る時間が遅くなる原因はなんだろうか ・朝食をしっかり取るためには、何を見直す必要があるか ・がん予防をふまえた生活習慣の改善のために、家族にも協力してもらうにはどうしたらよいか  ○様々な考えに触れて、自身の考えを見直せるようにするために、グループ内での発表時間を設ける。 ○グループの他の生徒の意見を自分のこととして捉え、参考になる意見には自分のワークシートに記入させる。 ○自分の最初の考えがわかるよう消しゴムを使わず、色ペンで書き加えさせる。 ○良い意見は机間巡視をして意図的に発表させる。  ◆評価項目（思・判・表） 学習カードの記述内容及び発言から、「自分自身の生活を振り返り、がんを予防するための生活行動について発表している」か評価する。
5 本時のめあてに対するまとめを確認し、学習内容を振り返る。（5分）	○本時の振り返りがしやすいように、めあてについて振り返るよう助言する。 ○自分で考えたことだけでなく、交流したことを踏まえた振り返りをしてよいと助言する。

<振り返り>

S：スマホを見る時間が長いので寝る時間が短くなっている。見るコンテンツを少なくしてみようと思った。

S：意見を交流してみんないろいろな生活課題を持っていることが分かった。友達の課題も自分のこととして考えて生活して、将来がんにかかるリスクを減らしていきたい。

6 養護教諭よりがん検診の必要性について話を聞く。(5分)

○より理解を深められるよう、モジュール5のスライド1～7を用い、がん検診の有効性も含んだ話を養護教諭からしてもらう。

【★パワーポイント】