

第6学年 体育科（保健領域）学習指導案

指導者 6年担任 谷岡 一直
男子15名 女子7名 計22名
(特別支援級 男子1名を含む)

1 単元名 病気の予防

- 病気の予防 ・喫煙の害について考えよう -

2 単元について

(1) ねらい

WHO（世界保健機関）が「世界禁煙デー」を制定して、世界的に禁煙を進めていこうという意識は高い。日本でも健康増進法が施行されたり、禁煙を呼びかけるコマーシャルが流れたり、たばこの自動販売機を成人識別機にしたりするなど、喫煙者を減らそう、未成年の喫煙をやめさせようとする動きが進んでいる。しかし、20歳代男性の4割以上が喫煙者であり、まだまだ多くの喫煙者がいるのが現状である。

子供たちにとって、大人がたばこを吸う姿は日常よく見かけることである。体に悪い影響があるということを知っているが、その姿を見て喫煙に興味をもっている子供もいるであろう。また、初めてたばこを吸うきっかけは仲間からの誘いであることが多く、喫煙習慣はこうした試し喫煙から始まり、その後急速に常習化するといわれている。

そこで、たばこに興味をもち始めるこの時期に、喫煙や受動喫煙の害を理解し、喫煙を勧められても断ることができる心や態度を育てたい。自分が喫煙しないということは、自分の健康を守る意識を高めるために意義があることだと考える。そして、身近な家族・受動喫煙者をたばこの害から守っていこうとする意欲を高めることは、生命を大切に守っていこうとすることにつながる大変重要なことである。

(2) 児童の実態

本学級で「たばこ・アルコール」についてのアンケートをとったところ、【たばこに興味がある男子が4人（27%）、女子が1人（14%）】、【お酒（アルコール）に興味がある男子が10人（67%）、女子が3人（43%）】であった。また、【たばこの体への影響について知っていると答えた男子は13人（86%）、女子は7人（100%）】、【お酒（アルコール）の体への影響について知っていると答えた男子は5人（33%）、女子は1人（14%）】であった。

アンケートの結果から、たばこやお酒のどちらにも男女とも興味が出てきたことが伺われる。また、たばこの体への影響を知っていると答えた子供の割合は興味があるという子供の割合に比べて多いものの、知っている内容を自由記述させたところ、「がんになりやすい」という結果だけに目を向けていたり、「心臓が黒くなる」と間違った知識をもっていたりする子が多かった。

このことから6年生のこの時期に、たばこやお酒に対する正しい知識を得て、自分の健康を守るためにはどうすればよいのかを考えることは大切だと考える。

たばこは、あらゆる薬物への“ゲートウエイドラッグ（入門薬）”であると言われる。たばこの害について知り、健康への影響を考えることは、たばこの害から自分を守るだけでなく、様々な面から自分の健康について考えるきっかけとなるに違いないと考える。この授業を通して、たばこを窓口にして、“自分の健康は自分で守る”という実践力を養いたい。

(3) 仮説とのかかわり

仮説1 健康的な生活習慣を実践するための知識・理解を深めることにより、健康の大切さに気付き、健康づくりへの意欲を高めることができる。

子供たちは、たばこは体によくないものということを知っている。しかし、具体的に体にどんな影響があるかを知っている子は少ない。資料や実験など、視覚を通してたばこの体への影響を知ったり、これまで知らなかったたばこの害について知ったりすることによって、子供たちは、自分たちの体への影響を強く意識することができるようになるのではないかと考える。そして、たばこの害と自分の体への影響を考えることを通して、将来にわたって自分の健康は自分で守るという態度を育てたい。

仮説2 生活を見つめ直す場の設定を工夫することにより、自分の課題やよさを見つけ、進んで学習活動へ取り組もうとする態度を育てることができる。

たばこの害だけでなく、アルコールの害、薬物の害、生活習慣病に苦しむ人たちの多くは、何が体に悪いかについて知りながらも、普段の習慣をやめることができずに様々な害に苦しんでいる。自分の健康を守ろうという態度は、心の教育を抜きにしては育むことができないと考える。

そこで、なぜ体に害があることを知っている「たばこ」や「アルコール」、「薬物」をやめることができないのかを「病気の予防」の各時間で考える時間を設定する。そうすることによって、やめることができないという心の働きは、決して人ごとではなく、自分の生活の中にもあるかもしれないという意識をもたせたい。

たばこの害を知りながらもたばこを吸い続ける心の面に光を当てることで、子供たちが今何をすることが大切なのか、自分の健康を守るにはどうしていくことが必要なのかを考えはじめるとを願っている。

仮説3 家庭や地域に働きかけたり協力を求めたりすることで、子供の実践意欲を高め、持続することができる。

ちょっとだけなら・・・という心の弱さは、たばこを吸い続けてしまうことだけに限らない。日常生活のいたるところに似たような心のはたらきがあるかもしれない。学習後、家庭と協力して「自分の心のはたらきを見つめよう」という取り組みをする。自分にも「ちょっとだけなら・・・(例えば、ゲームをしてもいいだろう)」という心のはたらきが具体の生活の中にないかを考えることができるようにしたり、保護者からも「ちょっとだけなら・・・」という行動がないかを見てもらったりして、新たな自分の側面を見つめる契機としたいと考える。

3 単元の目標

- ・ 病気の起こり方と予防の方法について関心を持ち、進んで課題を見つけようとしたり、意欲的に課題解決に取り組んだりしようとする。 【健康・安全への関心・意欲・態度】
- ・ 喫煙や飲酒ののきかけについて知り、それらへの効果的な対処法を考えることができる。 【健康・安全への思考・判断】
- ・ たばこや酒、薬物について知り、健康に及ぼす影響について理解する。 【健康・安全への知識・理解】

4 全体計画（病気の予防 ・ / 8時間）

| | |
|---|--|
| <p style="text-align: center;">病気の予防 （4時間）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 病気の起こり方 ・ 病原体と病気（1） ・ 病原体と病気（2）エイズの起こり方 ・ 生活習慣が原因となる病気 | <p style="text-align: center;">病気の予防 （4時間）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 喫煙の害（本時 1 / 4時） ・ 飲酒の害 ・ 薬物乱用の害 ・ 断り方を練習しよう |
|---|--|

5 単元の評価規準（おおむね満足できる状況（B）と判断できる子供の姿と具体例

| | ア 健康・安全への関心・意欲・態度 | イ 健康・安全への思考・判断 | ウ 健康・安全への知識・理解 |
|---|---|---|--|
| 単元 の 評 価 規 準 | 病気の起こり方と予防の方法・喫煙や飲酒の害などについて関心をもち、生活経験とかかわらせて考えをもったり、よいと思ったことを進んで自分の生活に取り入れたりしようとする。 | 病気の起こり方や予防の方法・喫煙や飲酒の害と、自分の健康とのかかわりについて気づき、より健康な生活にするための方策を考えることができる。 | 病気の起こり方や予防の方法・喫煙や飲酒の害などについて理解し、自分の生活に役立つ知識を身につけることができる。 |
| 学 習 活 動 に お け る 具 体 の 評 価 規 準 | 生活経験をもとに、病気の原因について考えている。 【発言・記述】 自分の経験などをもとにして、インフルエンザの予防の方法を考えている。【発言・記述】 自分の生活を振り返り、主体的に生活習慣の改善に取り組もうとする。【記述】 喫煙や飲酒を勧められたときの断り方を考え、進んでロールプレイングに参加している。【参加の態度】 | 病原体がもとになって起こる病気の原因と予防方法を考えている。【記述】 H I Vに感染している人とともに生きていくためにできることを考えている。【記述】 ・ どんな心の働きが、喫煙や飲酒の害から自分の健康を守ることを妨げるのかを考えている。【発言・記述】 薬物乱用のきっかけについて知り、それらへの対処法を考えている。【発言・記述】 | 病気は、病原体・環境・生活の仕方・体の抵抗力などがかわり合って起こることを理解している。【記述】 H I Vは日常生活でほとんどうつる病気ではないことを理解している。【記述】 塩分・脂肪分の摂り過ぎや運動不足・ストレスなど、健康によくない生活の積み重ねが生活習慣病を引き起こすことを理解している。【記述】 喫煙・飲酒・薬物の心身への健康への影響について理解している。【記述】 |

数字は授業実施時間を表す。

6 本時の学習（5 / 8時）

(1) ねらい

- ・ たばこの害を知ることや、たばこの害を知りながらもたばこを吸ってしまう気持ちについて考えることを通して、たばこの害から身を守ろうとする意識を高めることができる。

(2) 展開

| 時配 | 学 習 活 動 | 教師の指導・援助 評 価 |
|-----|--|--|
| | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> たばこの害について知ろう。 </div> | |
| 20分 | <p>1 クイズを通してたばこの害について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 吸う煙より、たばこの先から出る煙の方が体への害が大きい。 ・ 法律では、18才になったらたばこを吸ってもよいことになっている。 ・ たばこを吸っている人は、誰でも簡単にたばこをやめることができる。 ・ 体に害のないたばこがある。 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 喫煙が人体に与える様々な影響について知ったり、考えたりすることができる資料を準備し、効果的に提示する。 ・ 効率的に板書するため、キーワードとなる部分は、貼れるように事前に作成しておく。 |
| 15分 | <p>2 実験の観察やVTRの視聴を通して、たばこの害について知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 生きているイトミミズに、たばこの葉から抽出した液（ニコチンが多く含まれる）をかけ、様子を観察する。 ・ たばこの煙が体にどのような害を与えるかを実験しているVTRを視聴する。 | <ul style="list-style-type: none"> ・ たばこの害を視覚的にとらえることができるように、実験の様子やVTRを実物投影機やプロジェクターを用いて拡大して提示する。 ・ イトミミズは動きに大きな変化が現れた段階で、死なないうちに水に戻す。 |
| 10分 | <p>3 たばこの害を知っていても、たばこを吸ってしまう心について考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ やめたくてもやめることができなくなるのではないかな。ぼくがテレビゲームをやめることができないのと似ているのかも。 ・ 体に悪いのに、たくさん吸ううちにおいしく感じてしまうのではないかな。 ・ 体の健康よりも格好のよさを優先させてしまうのではないかな。よくドラマで俳優の人がたばこを吸っているよ。 ・ 自分は、やめられなくなるのも、健康じゃなくなるのも嫌だな。20才になって友達に勧められても、吸わないようにしたいな。 | <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 喫煙の身体への影響について理解することができたか。 <p style="text-align: center;">【健康・安全への知識・理解】 (ワークシート)</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ ワークシートを用意しておき、知ったこと、見たことの両面からから考えをもつことができるようにする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ どんな心の働きが、喫煙の害から自分の健康を守ることを妨げるのかを考えることができたか。 <p style="text-align: center;">【健康・安全への思考・判断】 (発言・ワークシート)</p> </div> |

(3) 授業の視点

たばこの害について知ったり、たばこの害を知っていてもたばこを吸ってしまう気持ちについて考えたりする場を設定したことは、たばこの害から身を守ろうとする意識を高めるために適切であったか。