

# 第3学年 保健体育科 学習指導案

菊池市立七城中学校  
教諭 内田 小咲稀

## 1 単元構想

単元名	保健分野 「健康と環境」		
単元の目標	<p>(1) 人間の身体には環境に対する適応能力や至適範囲があること、飲料水や空気は健康と密接な関わりがあること、生活によって生じた廃棄物は衛生的に処理する必要があることを理解することができる。</p> <p>(2) 健康と環境に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどと関連付けて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができる。</p> <p>(3) 自他の健康に関心をもち、生涯を通じて健康の保持増進や回復を目指す実践力を身に付ける学習に主体的に取り組むことができるようにする。</p>		
単元の評価規準	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	<p>①身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあること。また、快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があることを理解している。</p> <p>②飲料水や空気は、健康と密接な関わりがあること。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があることを理解している。</p> <p>③人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解している。</p>	<p>①健康と環境に関わる原則や概念を基に、収集した情報を整理したり、習得した知識を個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見している。</p> <p>②身体の環境に対する適応能力・至適範囲について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、熱中症などになるリスクを軽減し、健康を保持増進する方法を見いだしている。</p> <p>③飲料水や空気の衛生的管理や廃棄物の衛生的管理について、習得した知識と自他を取り巻く環境とを関連付けたり、整理したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康を保持増進する方法を選択している。</p> <p>④健康と環境について、課題の解決方法とそれを選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。</p>	<p>①健康と環境について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。</p>
<b>単元終了時の生徒の姿（単元のゴールの姿・期待される姿）</b>			
人間の健康は、個人を取り巻く環境から深く影響を受けていることを理解し、自己の健康を保持増進するために、明るさの調節や換気などの生活環境を整えようと実生活に生かす生徒。			
単元を通じた学習課題（単元の中心的な学習課題）		本単元で働かせる見方・考え方	
生活に伴って排出される廃棄物が環境や人々の健康にどのような影響があるか知り、これから自分がどのように関わっていくかを考えよう。		人間の健康は、個人を取り巻く環境から深く影響を受けていることに着目し、安全な水を提供するために自分にできることを見付けること。	

指導計画と評価計画（ 本時 6 / 6 ）			
過程	時間	学習活動 （「問い」を設定しても可）	評価の観点等 ★は記録に残す評価の場面で「具体的評価規準」
1	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○環境が変化すると、体にどのような変化が表れるか考える。</li> <li>○人は環境の変化に体の状態を合わせることができるが、適応能力には限界があることを理解する。</li> <li>○環境の変化に対して、自分にできる対処について班で意見交換する。</li> </ul>	<p>★【知①】（観察・ノート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあること。また、快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があることを理解できる。</li> </ul> <p>【思①】（観察・ノート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○健康と環境に関わる原則や概念を基に、収集した情報を整理したり、習得した知識を個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見している。</li> </ul>
2	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○暑い時や寒い時に活動する中で、不快だと感じるときについて考える。</li> <li>○快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があり、個人差があることを理解する。</li> <li>○イラストの例をもとに、夏の暑い日にパソコン作業を行う際の注意点を考える。</li> </ul>	<p>★【思②】（観察・ノート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○身体の環境に対する適応能力・至適範囲について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、熱中症などになるリスクを軽減し、健康を保持増進する方法を見いだしている。</li> </ul>
3	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○水が生活の中でどのような役割を果たしているのか、自分たちの生活を振り返り、ペアで確認する。</li> <li>○体内での水分の働きや水質基準を設けて衛生的な水を確保していることについて理解する。</li> <li>○安全な飲料水を確保するための方法について班で話し合う。</li> </ul>	<p>★【知②】（観察・ノート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○飲料水は、健康と密接な関わりがあること。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があることを理解できる。</li> </ul>
4	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○部屋の空気が汚れているなど感じるのは、どのような時か考え、課題をつかむ。</li> <li>○二酸化炭素や一酸化炭素がどのように発生するか考え、体に与える影響について理解する。</li> <li>○空気を衛生的に保つ具体的な方法について考える。</li> </ul>	<p>★【思③】（観察・ノート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○空気の衛生的管理や廃棄物の衛生的管理について、習得した知識と自他を取り巻く環境とを関連付けたり、整理したりして、疾病等にかかるリスクを軽減し健康を保持増進する方法を選択している。</li> </ul>
5	1/2	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ごみがそのまま放置された状態が続くと、どのような問題が起こるか考え、課題をつかむ。</li> <li>○循環型社会の実現に向けて、自分たちにできることを班で話し合う。</li> <li>○各家庭から出される排水には、どのようなものがあるか考える。</li> <li>○生活排水が、下水処理場でどのように処理されるのかを理解する。</li> <li>○汚れた水をできるだけ流さないために、私たちにできることを考える。</li> </ul>	<p>【知③】（観察・ノート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解できる。</li> </ul> <p>★【思④】（観察・ノート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○健康と環境について、課題の解決方法とそれを選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合っている。</li> </ul> <p>【態①】（観察・ノート）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○健康と環境について、課題の解決に向けての学習に自主的に取り組もうとしている。</li> </ul>

## 2 単元における系統及び児童の実態

学習指導要領における該当箇所(内容, 指導事項等)
中学校学習指導要領 保健分野 第3学年 保健 (1) 個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。 (2) 健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 (3) 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。
教材・題材等の価値
本単元の内容は、主として身体に直接かかわりのある環境を取り上げ、人間の身体は環境の変化に対してある程度まで適応する生理的な機能を有すること、また、身体の適応能力を超えた環境は生命や健康に影響を及ぼすことがあること、さらに、飲料水や空気を衛生的に保ったり、生活によって生じた廃棄物は衛生的に処理したりする必要があることなどの知識と健康と環境に関する課題を解決するための思考力、判断力、表現力等を中心として構成されている。 人間の健康は、個人を取り巻く環境から深く影響を受けており、健康を保持増進するためには、心身の健康に対する環境の影響について理解できるようにする。また、健康と環境に関する情報から課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができるようにする。
本単元における系統
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;">             中学校 第1学年              健康な生活と疾病の予防①      心身の機能の発達と心の健康           </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;">             中学校 第2学年              健康な生活と疾病の予防②      傷害の防止           </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;">             中学校 第3学年              健康な生活と疾病の予防③      健康と環境           </div>
生徒の実態(単元の目標につながる学びの実態)
本学級の生徒は、男子20名、女子19名、計39名の学級である。生徒同士の対話が多く、意欲的に学習に取り組む生徒がほとんどであり、主体的に学びに向かう姿勢が多々見られる。しかし、体調面や精神面が安定せず、遅刻して登校する生徒や欠席する生徒も多い。体調不良の原因や心穏やかに過ごすことができない原因(自己の課題)を見つめ、生徒同士の対話を通して改善していくための解決策に気付かせたい。また、自分を取り巻く環境が人々の健康の保持増進に深く影響を受けていることを理解し、考えた具体的な解決策を実生活で実践していく意欲を育てたい。 本授業では、生活排水がどのように処理されているかを学び、環境汚染を防ぐためにどのような工夫がされているかを理解させる。

### 3 ESDとの関連

#### (1) 本学習で働かせるESDの視点(見方・考え方)

- ・「II相互性」：水質汚濁等の環境汚染は、川や海の生物、人間ともに影響を受けている。
- ・「V連携性」：環境汚染は、社会全体で取り組まなければならない課題である。
- ・「VI責任性」：住み続けられるまちづくりのために、自分にできることを考え行動すること。

#### (2) 本学習を通して育てたいESDの能力・態度

- ・「未来像を予測して計画を立てる力」  
環境保全を考えず、好き勝手に生活を続けていくとどうなるか予測し、それを未然に防ぐためには、どのような行動が必要か考えること。
- ・「進んで参加する態度」  
自分たちの住むまちを大切にするために、自分には何ができるのか考え行動すること。

#### (3) 本学習で変容を促すESDの価値観

- ・「自然環境、生態系の保全を重視する。」(生物多様性の重視)  
人間の生活に伴って生じたし尿やごみなどの廃棄物は、その種類に即して自然環境を汚染しないように衛生的に処理されなければならないことを理解できる。また、ごみの減量や分別などの個人の取組が、自然環境の汚染を防ぎ、廃棄物の衛生管理につながることを理解できる。

#### (4) 達成が期待されるSDGs

- ・「6 安全な水とトイレを世界中に」  
生活排水を汚染せずに排水するための知識を獲得する。
- ・「11 住み続けられるまちづくりを」  
菊池市・七城町の課題を把握し、人に学び、人とつながり、地域社会づくりに参画していく。
- ・「12 つくる責任つかう責任」  
菊池市・七城町の大切な資源を大切に使う態度を育てる。

### 4 指導に当たっての留意点(「校内研修の取組の視点」等から指導上の留意点等について明記)

#### 【研究主題】

**自他を尊重し、主体的に学び続ける生徒の育成  
～他者と協働する教育活動を通して～**

【仮説】授業をはじめとする教育活動において他者と協働する学びを深めれば、「自他を尊重し、主体的に学び続ける生徒」が育つであろう。

#### 【視点①】メロンカードの活用

- 「今日の流れ・めあて・学習課題・まとめ・ふり返り」など、授業の展開を視覚化することで、見通しをもって主体的に学習に取り組むことができるようにする。

#### 【視点②】ICT機器の効果的活用

- 下水処理場のしくみや地域にある施設について理解することができるよう、電子黒板を活用し動画やパワーポイントで提示する。

#### 【視点③】対話活動の充実

- ペアや班で対話することを通して、新たな気づきを得たり、解決策を協働して見つけたりすることができるようにする。

#### 【人権が尊重される授業づくりの視点】

- この単元を通じて育てたい資質・能力は2つある。1つ目は、技能的側面の「能動的な傾聴、適切な自己表現等を可能とするコミュニケーション技能」である。他者の意見を傾聴の姿勢で聞くこと、自己の考えを表現することなど、学習規律を整えることで育てたい。2つ目は、価値的・態度的側面の「人権の視点から自己自身の行為に責任を負う意思や態度」「社会の発達に主体的に関与しようとする意欲や態度」である。健康を「自分ごと」として捉え、誰もが自分らしく健康に生きる権利があるという認識を深めたい。