

健康的な生活習慣の定着を目指して、どのように授業をするの？

特別活動 学級活動(2) 学校行事 常時指導

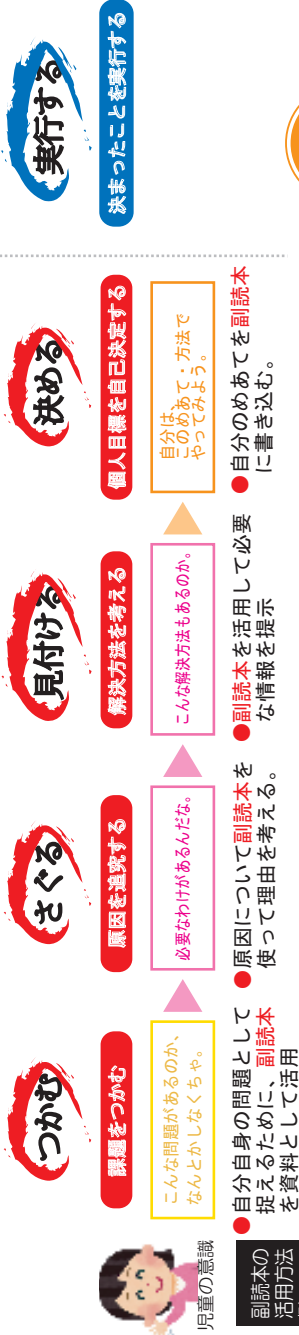
学級活動(2) **ねらい** ・**集団での話し合い**を通して、**個人の目標を自己決定**し、**個人で実践**する。

内容 児童の自主的、実践的な活動を促す。
 日常生活や学習への適応及び健康安全
 【共通事項】※健康とのかかわりが深い事項
 イ 基本的な生活習慣の形成
 キ 心身ともに健康で安全な生活態度の形成
 キ 食育の観点を踏まえた学校給食と望ましい食習慣の形成

題材例：「早ね・早おき大作戦！」／「好き嫌いをなくそう！」／「スーパードア元気になるろう！」

「それいけ、お口の探検隊！」／「ワン・ワン（1日1時間体を動かす）大作戦！」 など

授業の基本的な流れ



運動

題材名：ワン・ワン（1日1時間体を動かす）大作戦！（1時間）

つかむ さぐる 見つける 決める

- みんなは、毎日どのくらい運動やスポーツをしているのかな？（副読本 P.5）
- 運動すると、こんないいことがあるんだね。（副読本 P.4）
- 「ワン・ワン大作戦！」どんな方法があるか、みんな話合ってみよう。（副読本 P.5）
- 自分で目標を立ててがんばりましょう！（副読本 P.5）

ねらい 学校行事を通して、望ましい人間関係を形成し、集団への所属感や連帯感を深め、公共の精神を養い、協力してよりよい学校生活を築こうとする自主的、実践的な態度を育てる。

内容 健康安全・体育的行事 ※健康とのかかわりが深い内容



常時指導 給食時の指導

給食の時間は、食に関する指導を行ううえで、とても効果的な時間です。「学ぶ・食べる」ことで実感を伴った理解が可能となります。ちょっとした工夫をすることで、児童の食に関する関心を高めることができます。副読本と関連付けた内容について話をすることで、児童の本への関心も高まること考えられます。

栄養

指導内容の例：
 ○ 食事のマナーに関する話
 ○ 三つのグループの食べ物の話
 ○ 生産者の方々の話
 ○ 食材のパワールの秘密の話
 ○ 教材カードを活用した指導 など

体育科 保健領域

体育科 保健領域

体育科の目標

心と体を一体としてとらえ、適切な運動の経験と健康・安全についての理解を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てるとともに健康の保持増進と体力の向上を図り、楽しく明るい生活を営む態度を育てる。

保健領域の目標

第3・4学年：健康な生活及び体の発育・発達について理解できるようにし、身近な生活において健康で安全な生活を営む資質や能力を育てる。

保健領域の内容 第3学年：(1) 毎日の生活と健康 第4学年：(2) 育ちゆく体とわたし

副読本を活用した指導例：第4学年：(2) 育ちゆく体とわたし「体をよりよく発育・発達させるための生活」(4/4時)
 ○主な指導内容：体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、調和のとれた食事、運動、休養及び睡眠などが必要であること。

導入 給食の献立から、よりよく発育・発達させるための調和のとれた食事の必要性に気付く。
 副読本2ページの給食のメニューを黄色・赤色・緑色に分けて書いてみましょう。

展開① 食事、運動、休養・睡眠を関連付け、よりよく発育発達させるための生活の仕方について知る。
 副読本1ページのパランスのよい生活とよくない生活を続けると何がかわるかな。

展開② 学習したことを自分の生活と関連付けて考える。
 副読本5、7ページの表に自分の生活の様子を書き、気がついたことは？

まとめ 学習のまとめをする。
 副読本9ページに、今日の学習のまとめと自分の目標を書きましょう。

総合的な学習の時間 福祉・健康

総合的な学習の時間の目標

横断的・総合的な学習や探究的な学習を通して、自ら課題を見付け、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、よりよく問題を解決する資質や能力を育成するとともに、学び方やものの考え方を身に付け、問題の解決や探究活動に主体的、創造的、協同的に取り組む態度を育て、自己の生き方を考えることができるようにする。

指導をする際に重視すべきこと

- 問題解決的な活動が発展的に繰り返される探究的な学習とすること
- 他者と協同して課題を解決する協同的な学習とすること
- 体験活動を重視すること
- 思考力・判断力・表現力等をはぐくむ言語活動の充実を図ること
- 各教科等との関連を意識した学習活動を展開すること

※保健教育と関わりが深い課題として「福祉・健康」が例としてあげられている。

総合的な学習の時間における学習課題については、例として、
 ○ 国際理解、情報、環境、福祉・健康などの横断的・総合的な課題
 ○ 児童の興味・関心に基づいた課題
 ○ 地域の人々の暮らし、伝統と文化など地域や学校の特色に応じた課題

学習課題の例：地域の食をみんなに紹介しよう！
 高知県一の元気な地域をみんなでつくらう！
 体力向上日本一のクラスを目指そう！

横断的・総合的な課題については、ここ数十年の間に社会の変化に伴って新たに生じた、又はその深刻さを増してきた、あるいは切実に意識されるようになってきた、現代社会における生活上の諸課題のこととされる。また、そのいずれもが、持続可能な社会の実現に関わる課題であり、現代社会に生きるすべての人が、これらの課題を自分のこととして受け止め、日々の生活の中で自己の生き方との関わりで考え続け、よりよい解決を目指して行動することが望まれる課題とされる。

総合的な学習の時間 福祉・健康