

中学校『保健体育科』 模擬授業課題

(1) 日 時 令和7年10月16日 第3校時(50分)

(2) 場 所 2年1組教室

(3) 学年・学級 第2学年1組(30名)

使用教科書 中学校保健体育(学研)

(4) 単 元 名 健康な生活と病気の予防

(5) 指導する児童(生徒)の状況

【既習事項】

・第1学年で、健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について学習している。

【単元のねらい】

・生活習慣病などは運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが要因となって起こること、また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解することができるようにする。

・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることについて理解することができるようにする。

【児童(生徒)の状況】

・肉や揚げ物好きな生徒が多く野菜をあまり食べない傾向である。

・SNSでの情報収集が得意な生徒が多い。

・ほとんどの生徒がスマートフォンを所有し、ゲームや動画視聴、SNSに多くの時間を費やしている。

・健康に関する知識は持っているが、適切な行動をとれない生徒が多い。

(6) 指導計画(全6時間)

次(時数)	学習内容	活動・指導形態	評価計画
第1次 (1時間)	【生活習慣病とその予防】(P.86～89) ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第2次 (1時間)	【がんとその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第3次 (1時間)	【喫煙と健康】 ・喫煙の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第4次 (1時間)	【飲酒と健康】 ・飲酒の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第5次 (1時間)	【薬物乱用と健康】 ・薬物乱用の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第6次 (1時間)	【喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等

●面接終了後、メモ用紙とともにクリアファイルに入れて提出してください。

中学校『保健体育科』 模擬授業課題

(1) 日 時 令和7年10月16日 第3校時(50分)

(2) 場 所 2年1組教室

(3) 学年・学級 第2学年1組(30名)

使用教科書 中学校保健体育(学研)

(4) 単 元 名 健康な生活と病気の予防

(5) 指導する児童(生徒)の状況

【既習事項】

・第1学年で、健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について学習している。

【単元のねらい】

・生活習慣病などは運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが要因となって起こること、また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解することができるようにする。

・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることについて理解することができるようにする。

【児童(生徒)の状況】

・肉や揚げ物好きな生徒が多く野菜をあまり食べない傾向である。

・SNSでの情報収集が得意な生徒が多い。

・ほとんどの生徒がスマートフォンを所有し、ゲームや動画視聴、SNSに多くの時間を費やしている。

・健康に関する知識は持っているが、適切な行動をとれない生徒が多い。

(6) 指導計画(全6時間)

次(時数)	学習内容	活動・指導形態	評価計画
第1次 (1時間)	【生活習慣病とその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第2次 (1時間)	【がんとその予防】(P.90～91) ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第3次 (1時間)	【喫煙と健康】 ・喫煙の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第4次 (1時間)	【飲酒と健康】 ・飲酒の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第5次 (1時間)	【薬物乱用と健康】 ・薬物乱用の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第6次 (1時間)	【喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等

●面接終了後、メモ用紙とともにクリアファイルに入れて提出してください。

中学校『保健体育科』 模擬授業課題

(1) 日 時	令和7年11月18日 第5校時(50分)																														
(2) 場 所	2年3組教室																														
(3) 学年・学級	第2学年3組(30名)	使用教科書 中学校保健体育(学研)																													
(4) 単 元 名	健康な生活と病気の予防																														
(5) 指導する児童(生徒)の状況	【既習事項】 ・第1学年で、健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について学習している。 【単元のねらい】 ・生活習慣病などは運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが要因となって起こること、また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解することができるようにする。 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることについて理解することができるようにする。 【児童(生徒)の状況】 ・明るく活発な生徒が多く、グループワークの学び合いでは積極的に発言できる生徒が多い。 ・SNS や動画サイトで情報収集をしており、喫煙に関する動画を目にする機会がある。 ・健康に関する知識は持っているが、適切な行動をとれない生徒が多い。																														
(6) 指導計画(全6時間)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>次(時数)</th> <th>学習内容</th> <th>活動・指導形態</th> <th>評価計画</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>第1次 (1時間)</td> <td> 【生活習慣病とその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。 </td> <td>一斉 個別 グループ</td> <td>知識・技能 思考力・判断力・表現力等</td> </tr> <tr> <td>第2次 (1時間)</td> <td> 【がんとその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。 </td> <td>一斉 個別 グループ</td> <td>知識・技能 思考力・判断力・表現力等</td> </tr> <tr> <td>第3次 (1時間)</td> <td> 【喫煙と健康】(P.92～93) ・喫煙の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。 </td> <td>一斉 個別 グループ</td> <td>知識・技能 思考力・判断力・表現力等</td> </tr> <tr> <td>第4次 (1時間)</td> <td> 【飲酒と健康】 ・飲酒の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。 </td> <td>一斉 個別 グループ</td> <td>知識・技能 思考力・判断力・表現力等</td> </tr> <tr> <td>第5次 (1時間)</td> <td> 【薬物乱用と健康】 ・薬物乱用の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。 </td> <td>一斉 個別 グループ</td> <td>知識・技能 思考力・判断力・表現力等</td> </tr> <tr> <td>第6次 (1時間)</td> <td> 【喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。 </td> <td>一斉 個別 グループ</td> <td>知識・技能 思考力・判断力・表現力等</td> </tr> </tbody> </table>			次(時数)	学習内容	活動・指導形態	評価計画	第1次 (1時間)	【生活習慣病とその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等	第2次 (1時間)	【がんとその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等	第3次 (1時間)	【喫煙と健康】(P.92～93) ・喫煙の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等	第4次 (1時間)	【飲酒と健康】 ・飲酒の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等	第5次 (1時間)	【薬物乱用と健康】 ・薬物乱用の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等	第6次 (1時間)	【喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等
次(時数)	学習内容	活動・指導形態	評価計画																												
第1次 (1時間)	【生活習慣病とその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等																												
第2次 (1時間)	【がんとその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等																												
第3次 (1時間)	【喫煙と健康】(P.92～93) ・喫煙の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等																												
第4次 (1時間)	【飲酒と健康】 ・飲酒の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等																												
第5次 (1時間)	【薬物乱用と健康】 ・薬物乱用の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等																												
第6次 (1時間)	【喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・表現力等																												

●面接終了後、メモ用紙とともにクリアファイルに入れて提出してください。

中学校『保健体育科』 模擬授業課題

(1) 日 時 令和7年11月19日 第5校時(50分)

(2) 場 所 2年3組教室

(3) 学年・学級 第2学年3組(30名)

使用教科書 中学校保健体育(学研)

(4) 単 元 名

(5) 指導する児童(生徒)の状況

【既習事項】

・第1学年で、健康の成り立ちと疾病の発生要因及び生活習慣と健康について学習している。

【単元のねらい】

・生活習慣病などは運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが要因となって起こること、また、生活習慣病の多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できることを理解することができるようにする。

・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。また、これらの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があることについて理解することができるようにする。

【児童(生徒)の状況】

・明るく活発な生徒が多く、グループワークの学び合いでは積極的に発言できる生徒が多い。

・ほとんどの生徒がスマートフォンを所有し、SNSや動画サイトで様々な情報を得ている。お酒が登場するドラマ、アニメ、ゲーム、漫画、インフルエンサーの投稿などを目にする機会が多い。

・健康に関する知識は持っているが、適切な行動をとれない生徒が多い。

(6) 指導計画(全6時間)

次(時数)	学習内容	活動・指導形態	評価計画
第1次 (1時間)	【生活習慣病とその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第2次 (1時間)	【がんとその予防】 ・生活習慣病などは、運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因となって起こること。また、生活習慣病などの多くは、適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第3次 (1時間)	【喫煙と健康】 ・喫煙の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第4次 (1時間)	【飲酒と健康】(P.94～95) ・飲酒の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第5次 (1時間)	【薬物乱用と健康】 ・薬物乱用の行為は、心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等
第6次 (1時間)	【喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ】 ・喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響することから、それぞれの要因に適切に対処する必要があること。	一斉 個別 グループ	知識・技能 思考力・判断力・ 表現力等

●面接終了後、メモ用紙とともにクリアファイルに入れて提出してください。