

『保健体育科』 模擬授業課題

(1) 日 時 令和7年6月13日 第3校時(50分)

(2) 場 所 1年2組教室

(3) 学年・学級 第1学年2組(30名)

使用教科書 新高等保健体育(大修館書店)

(4) 単 元 名 生活習慣病の予防と回復

(5) 指導する児童(生徒)の状況

【既習事項】

・中学校保健体育「生活習慣病などの予防」で、生活習慣病は生活習慣の乱れが主な要因となることや、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活の実践が必要なことについて学習している。

【単元のねらい】

- ・生活習慣病などの予防と回復について理解することができるようにする。
- ・生活習慣などの予防と回復に関する情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明できるようにする。
- ・生活習慣病などの予防と回復について、自他や社会の健康の保持増進や回復、それを支える環境づくりについて主体的に考えることができるようにする。

【児童(生徒)の状況】

・男子13名、女子17名、遅刻や欠席なども少なく健康的な学校生活を過ごすことができている。クラスの三分の一の生徒が運動部に所属している。そのため帰宅時間が遅くなる生徒も多くなる。学習活動では主体的に意見を述べられる生徒が多く、ペア学習やグループ活動では協力的に活動することができる。

(6) 指導計画(全5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)	「生活習慣病の予防と回復」 ・生活習慣病とは ・生活習慣病の予防と回復のための取り組み (P.32～33)	一斉 グループ	知識・技能 思考・判断・表現
第2次 (1時間)	「身体活動・運動と健康」 ・身体活動・運動と健康の関係 ・身体活動・運動の実践と社会環境の整備	一斉 個別	知識・技能 主体的に学習に取り組む態度
第3次 (1時間)	「食事と健康」 ・食事と健康の密接な関係 ・健康的な食生活の実践と社会環境の整備	一斉 グループ 個別	思考・判断・表現 主体的に学習に取り組む態度
第4次 (1時間)	「休養・睡眠と健康」 ・休養、睡眠と健康の関係 ・健康づくりのための休養、睡眠の確保	一斉 個別	思考・判断・表現 主体的に学習に取り組む態度
第5次 (1時間)	「がんの予防と回復」 ・がんの予防と治療 ・がんに関する社会的な取り組み	一斉 グループ	知識・技能 思考・判断・表現

●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。