

## 学級活動指導案

尾道市立三庄小学校  
指導者 半田 明美

- 1 日 時 平成16年12月20日(月) 3校時
- 2 学 年 第6学年1組 33名
- 3 主題名 健康に過ごすために大切なことについて考えよう
- 4 本時のねらい  
健康な生活を送るために大切なことがわかり、冬休みを健康に過ごすための目標を立てることができる。
- 5 準備物 ワークシート、ホワイトボード、マーカーペン、ポストイット
- 6 展開

	学習活動	・指導上の留意点 *評価〔方法〕
導 入	1 これまで保健で学習した病気の予防の内容を振り返る ・病気の起こり方(病原体, 抵抗力, 環境, 生活の仕方)と予防の仕方	
展 開	2 「健康に過ごすために大切なこと」について話し合う ・4~5人のグループで,ブレインストーミングを行う  3 出た意見をまとめ,グループで発表する	・ブレインストーミングのルールについて事前に説明しておく ・5分間でできるだけ多くの意見を出すように指示する ・スムーズにすすんでいないグループに支援する *積極的に意見を出している 〔観察〕
開	4 出された意見から健康にとって大切なこと(睡眠, 運動, 食事)を確認する	・睡眠, 運動, 食事(栄養)を健康3原則と呼ぶことを説明する *健康3原則が理解できる 〔観察〕
ま と め	5 自分の生活を振り返り,冬休みの目標をワークシートに書く	「生活習慣病の予防」の授業で使った生活習慣チェックシートやワークシートを参考にする  *冬休みの生活の目標を立てることができる 〔ワークシート〕



# ワークシート



6年1組 番

『健康に過ごすために大切なこと』は何でしょう。

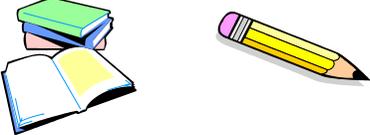
冬休みを健康に過ごすために、自分の目標を決めましょう。

生活習慣	目 標 (具体的に書きましょう)
睡 眠	
運 動	
食 事	
その他	

# ふり返りカード

6年1組 番

今日の保健の学習を振り返って、自分の気持ちに近いものに をつけましょう。

		あてはまる よく	あてはまる 少し	あてはまらない あまり	あてはまらない
1	集中して勉強できましたか	4	3	2	1
2	自分の意見や考えをもつことができましたか	4	3	2	1
3	話し合い活動で、進んで自分の意見を出しましたか	4	3	2	1
4	今日おこなった話し合い活動は楽しかったですか	4	3	2	1
5	班の人や他の班の意見を聞いて、「わかった」「ああ、そうか」と思ったことがありましたか	4	3	2	1
6	自分で決めた冬休みの目標は守れそうですか	4	3	2	1

今日の勉強でわかったことや感想を書きましょう。

