

保健体育科学習指導案

呉市立広中央中学校

指導者 宮内 雅美

1 学 年 第3学年

2 単元名 健康な生活と疾病の予防（喫煙，飲酒，薬物乱用と健康）

3 単元について

単元観

本単元では，人間の健康は，主体と環境がかかり合って成り立つものであることを理解し健康を保持増進し，疾病を予防するためには，それにかかわる要因を知り，その要因に対する適切な対策を理解できるようにする。特に喫煙，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，またそのような行為は，好奇心，なげやりな気持ちなど個人の心理状態や人間関係，社会環境などによって助長されることを知り，どのような場面においても，適切に対処することができる力をつけることをねらいとしている。

生徒観

中学生の時期は，周囲の人々や社会環境に影響を受けやすく，喫煙・飲酒・薬物乱用などに興味・関心をもっている生徒もいる。しかし，心身への悪影響または，生命への危険など，本当の恐ろしさはわかっていない。乱用のきっかけが，友だちや先輩に誘われたり，好奇心などの理由から安易に手を出してしまう傾向にあると考えられる。

指導観

喫煙，飲酒，薬物乱用と健康については小学校でも学習しているが，心身への悪影響についてパンフレット，視聴覚教材などを活用してさらに知識が深められるようにする。また，正しい知識の理解のみに留まらず，薬物乱用のきっかけや誘いに対して適切な思考・判断を行い，どのような対処の仕方をすればよいか，またどのように断ればよいか，班別活動でのケーススタディを通して実践力を高めていきたい。

4 単元目標

- (1) 喫煙，飲酒，薬物乱用と健康の関係について関心を高め，課題解決に向けて進んで仲間と協力しながら学習することができる。
- (2) 喫煙，飲酒，薬物乱用などの行為は，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らに適切に対処する必要があることを理解できる。
- (3) 喫煙，飲酒，薬物乱用が心身に様々な影響を与え，健康を損なう原因となることを正しく理解することができる。

5 単元の学習指導計画（全16時間）

健康な生活と疾病の予防

健康の成り立ちと疾病の発生要因 …… 2時間

（ア）健康の成り立ち

（イ）主体と環境要因

生活行動・生活習慣と健康 …… 4時間

（ア）食生活と健康

（イ）運動と健康

（ウ）休養及び睡眠と健康

（エ）調和のとれた生活と生活習慣病

喫煙，飲酒，薬物乱用と健康 …… 5時間

（ア）喫煙と健康

（イ）飲酒と健康

（ウ）薬物乱用と健康

（エ）薬物乱用防止の意志決定と行動選択

感染症の予防 …… 3時間

（ア）感染症の原因とその予防

（イ）エイズ及び性感染症の予防

個人の健康と集団の健康 …… 2時間

時間	項目	学習内容	関	思	知	評価規準
1	喫煙と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・たばこの煙に含まれる有害物質（ニコチン・タール・一酸化炭素）の心身への害について知る。 ・喫煙による様々な急性影響がある。 ・喫煙の常習化により，肺がんなど様々な病気を起こしやすくなる。 ・未成年者の喫煙は身体影響が強く現れる，また，依存性があるため長く連用することで身体をむしばむことになる。 				<p>喫煙，飲酒，薬物乱用と健康について関心をもち，すすんで課題を見つけようとしたり，仲間と協力して資料収集をしたりして意見を交換するなど，意欲的に課題解決に取り組んだりしようとしている。</p> <p>〔関心・意欲・態度〕</p>
2	飲酒と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・アルコールの心身への影響について知る。 ・未成年からの飲酒は依存性になりやすいことを知る。 ・急性中毒により意識障害を起こすことなどの怖さや依存症による健康障害について理解する。 				<p>喫煙，飲酒，薬物乱用について課題を解決するために科学的に考え，適切な意志決定や行動選択を考えたり判断したりしている。</p> <p>〔思考・判断〕</p>

3	薬物乱用と健康	<ul style="list-style-type: none"> ・薬物乱用とはどのようなことかを知る。 ・有機溶剤，覚せい剤，大麻などの摂取による心身への悪影響について知る。 ・覚せい剤などの薬物は強い依存症や耐性，フラッシュバックなどを引き起こすことを知る。 ・薬物乱用は心身の健全な発育や人格形成を阻害し，犯罪を起こすなど社会的にも深刻な影響を及ぼす。 		<p>喫煙，飲酒，薬物乱用の身体に与える影響を正しく理解し，自分の生活に役立つ知識を身につけている。</p> <p>〔知識・理解〕</p>
4 5 (本時)	薬物乱用防止の意志決定と行動選択	<ul style="list-style-type: none"> ・薬物乱用が将来の目標や夢の実現の妨げになることを知る。 ・薬物乱用のきっかけに関わる心理社会的要因について考える。 ・ケーススタディを通して，周囲の人々の誘惑に負けない意志決定と行動選択ができるようにする。 ・効果的な断り方について考える。 		

6 本時の目標「5 / 5」

「薬物乱用」が自分たちの目標や夢の妨げになることを知り，ケーススタディを通して実践力を身につける。

7 学習の展開

学 習 活 動	指導上の留意事項（ ） 「努力を要する」と判断した生徒に対する手だて（ ）	評価規準	評価方法
1．自分たちの目標や夢を思い描く。 2．「薬物乱用」が自分たちの目標や夢の実現の妨げになることを知る。 3．薬物の心身への悪影響について確認する。 ・資料（パンフレットなど）でこれまでの学習の確認をする。	<p>「勇気」「希望」「自由」「成長」などの妨げになることを理解させる。</p> <p>薬物についての適切な資料（パンフレット）やインターネットで検索した情報などを提供し，確認させる。</p>	<p>・既存の知識を確かめたり，新しい情報を見つけたりして理解を深めている。</p> <p>（知・理）</p>	<p>観察</p> <p>観察</p>

<p>4．薬物乱用のきっかけについて考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループで話し合い，発表する。 	<p>薬物に手を出してしまう心理的要因を考えさせる。</p> <p>グループで話し合いが深められるように支援する。</p>		<p>話し合い ワークシート</p>
<p>5．薬物乱用の誘惑に対する対処の仕方を考える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・シナリオのプレッシャーについて考える。 	<p>誘いのシナリオにせりふが書き込めるワークシートを用意し，各自で考えさせる。 (シンナーについて扱う)</p> <p>自分なりの意見を自由に出させる。</p>	<p>・学んだ知識をふまえながら，自分のせりふを考えている。 (思・判)</p>	<p>ワークシート</p>
<p>6．ケーススタディを通して実践力を身につける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループで代表を選び，ケーススタディをもとに，声に出して発表する。 	<p>誘い役は教師が行い，各グループを順に回って，発表できるようにする。</p> <p>グループの中で自信を持って発表できるように，声かけをする。</p> <p>演技者，観察者が相互に評価し合えるように工夫する。</p>		<p>観察 ケーススタディ 発表</p>
<p>7．薬物乱用の誘惑に対して効果的な断り方ができたか確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・誘惑に対してどのように断ればよいか，何が大切か，グループで話し合い，発表する。 	<p>効果的な断り方についてまとめる。</p>	<p>・グループの仲間と協力して意欲的に課題解決に取り組んでいる。 (関・意・態)</p>	<p>観察 話し合い</p>
<p>8．自分の考えやまとめをワークシートに記入する。</p>			<p>ワークシート 観察</p>