

平成28年度 中学校教科研修会実施要項（保健体育）

県教育庁中頭教育事務所

1 趣 旨

- (1) 校内において担当教諭の数が少なく、実践共有の機会が少ない教科等についての研修の場を設定し、指導力の向上を図る。
- (2) 中頭教育事務所「教職員研修推進構想」における「ライフステージや教職経験年数に応じた経験段階と力量形成」に基づき、若手の指導力の向上育成に資する。

2 期 日 平成28年11月16日（水）14:00～16:45

3 会 場 沖縄市立宮里中学校

4 教 科 「保健体育科」 授業者：花木 瑠実

5 研修内容

- (1) 代表授業の参観、授業検討会及び講師による指導助言を通して学習指導要領の趣旨について確認する。
- (2) 研修会の流れ
- ①受 付 13:40
- ②公開授業 14:00～14:50
- ③授業研究会 15:05～16:45

進行 担当指導主事

時 間	内 容
15:05～15:06 (1)	1 はじめのことば 進行
15:06～15:10 (4)	2 学校長あいさつ 宮里中学校 校長 比嘉 達
15:10～15:25 (15)	3 授業のふりかえり 授業者 宮里中学校 花木瑠実
15:25～15:27 (2)	4 グループ協議の説明 進行
15:27～16:00 (33)	5 グループ協議 身につけさせたい力を踏まえた「めあての」設定・提示、「めあて」に連動した「まとめ」「振り返り」について
16:00～16:15 (15)	6 協議内容の共有・発表 各班代表
16:15～16:30 (15)	7 がん教育について 県教育庁保健体育課 指導主事 又吉美奈子
16:30～16:40 (10)	8 まとめ 中頭教育事務所 指導主事 玉城和機
16:40～16:44 (4)	9 事務連絡 進行
16:44～16:45 (1)	10 おわりのことば

6 参 加 者 保健体育科を担当する教諭（各学校1名）36名

7 旅 費 教育事務所研修指定旅費（435-0201-07-22）

第3学年

保健体育科学習指導案

平成28年 11月16日(水) 5校時
宮里中学校 3年5, 6組女子
5組 20人・6組 22人計 42人
授業者 花木 瑠実 印

1 単元名

生活行動・生活習慣と健康(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

2 単元の目標

人間の健康は生活行動と深く関わっており、健康を保持増進するためには、年齢、生活環境等に
応じた食事、適切な運動、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続けることが必要であることを
理解する。また、食生活の乱れ、運動不足、睡眠時間の減少などの不適切な生活習慣はやせや肥
満などを引き起こしたり、また生活習慣病を引き起こす要因となったりし、生涯にわたる心身の
健康に様々な影響があることを理解できるようにする。

喫煙、飲酒、薬物乱用などの行為は心身への様々な影響があり、健康を損なう原因であるこ
とを理解できるようにし、好奇心、なげやりな気持ち、過度のストレスなどの心理状態、周囲
の人々の影響や人間関係の中で生じる断りにくい心理、宣伝、広告や入手のし易さなどの社会環
境などによって助長されること、また、それらに適切に対処する必要があることを理解できるよ
うにする。

3 単元について

(1) 教材観

近年の生活習慣の急激な変化により、生活習慣に起因する「がん」「脳血管疾患」「心臓病」
などの生活習慣病を患う人も増加し、日本人の3分の2がこの病気で亡くなっている。生活習
慣病とは、「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与す
る疾患群」と定義されている。それまで成人病の対策として、早期発見・早期治療(二次予防)
に重点を置いてきた従来の対策に加え、健康増進・発病予防・環境整備対策(一次予防)が検
討されるようになった。特に、高血圧・糖尿病・脂質異常症といった生活習慣病は、自覚症状
がほとんどないまま進行して、日本人の3大死因の発病リスクを高めている。また、国民の最
大の生活習慣病である「がん」については、官民で様々な取り組みが行われており、その中で
生徒への「がん教育」の議論が高まっている。

学習指導要領では、「健康な生活と疾病の予防」のイ「生活行動・生活習慣と健康」で、生
活習慣の乱れと生活習慣病などのつながりを取り扱い、不適正な生活習慣が生涯にわたる心
身の健康に様々な影響があることが理解できるようにするとされている。

がん教育プロジェクトでは、がん教育の目標を、第1段階として「がんに関する的確な情
報の習得(知識レベル)、第2段階として「適切な情報から個人としてできること⁽¹⁾の理解やが
んから身を守ろうという態度の形成(態度レベル)、第3段階として「自分自身の行動への応
用、家族や友人など重要な他者をがんから守るための支援(行動レベル)」とする。

「メッセージカードづくり」は、自分自身としてメッセージカードを書くことで、行動につ
なげることを目的とする。また、家族や友人など、自分にとって大切な人に対してメッセー
ジカードを作成することで、学んだことを他者に伝えるという意味に加え、受け取った人への波
及効果を狙いとしている。

(2) 生徒観

①単元・教材に対する生徒観

事前アンケートから見える本学年女子の「がん」に関する事態は、92%の生徒ががんにつ
いて怖い病気だと思っている。がんが怖いと思っている理由は、治らない病気だから(31%)、
死に至る場合があるから(17%)、治療などにより痛みなどの症状が出る場合があるから(1

1%)であった。また、がんについて知っていることで、がん全体の5年生存率は50%を超えていると理解している生徒が5%、日本では約2人に1人が将来がんになると推測されていると理解している生徒が7%と低く、分からないと答えた生徒は20%であった。

あなたは将来自分ががんになると思いますかの問いには、思うと答えた生徒は8%、どちらとも言えない、分からないと答えた生徒は83%、思わないと答えた生徒は8%であった。がんは怖い病気であるが、正しい知識はない。そして自分ががんになるという可能性の自覚の低さがある。それががん検診の検診率と関係している可能性がある。

②生徒の実態

明るく、意欲的に活動し、自由に発言ができる学級。課題を積極的に行い話し合い活動ができる。また、発言をよくする生徒と意見を言うことができない生徒もいるので、サポートしながら話し合い活動を有意義にする必要がある。

(3) 指導観

日本人の死因として最も多いがんについて学ぶことは中学校の内容である「個人生活における健康」を理解するうえで重要である。第3学年の疾病の予防の内容において、がんを取り上げ、その要因、経過等の疾病概念、予防、検診、治療法に関する学習を通じて、生徒一人一人が個人生活における健康に関する事柄に関心を持ち、それらを科学的に理解し、適切な態度を身につけて、行動をとることができるように指導する。そして生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育成する。

4 単元の評価規準

関心・意欲・態度	思考・判断	知識・理解
健康の保持増進のために必要な生活行動や病気の予防について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	健康な生活と疾病の予防について、課題解決を目指して科学的に考え、判断し、それらを表現することができる。	健康の成り立ちと疾病の発生意因、生活行動、生活習慣と健康について、課題解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活の関わりを理解することができる。

5 単元の指導計画・評価計画

時間	主な学習活動 (本時の主な問題・課題)	主な評価規準〔観点〕 ◎：単元における総括の資料とするための評価 ○：学習指導の過程における評価	【 】内は評価方法及び Cの生徒への手立て
1	アンケート がんちゃんの冒険 (DVD鑑賞)	○がんちゃんのDVDを見て理解できている	【ワークシートに補足や感想がきちんと書かれている】
2	がんカルタ がんから身を守るための知識や方法を学ぶ	○意欲的にカルタに取り組み、グループで話し合い活動ができている	【話し合い活動の内容や感想がワークシートに書かれている】 グループ活動ができない生徒への声かけ、グループのサポート
3	調べ学習 (パソコン) ・がん	◎テーマに沿った内容を調べることができる。	キーワードが絞れない生徒へのアドバイス

	<ul style="list-style-type: none"> ・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康 		
4 5 6 7	新聞作成（本やパンフレット） <ul style="list-style-type: none"> ・がん ・喫煙と健康 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康 	◎資料等で調べたことを、整理したり表現したりできる。	【新聞作成ができています】 新聞作成が進んでいない生徒への声かけ、資料提示をする。
8	新聞の相互評価	○他の人の新聞の工夫した所を見つけたり、情報をえる。	【新聞相互評価に評価を書くことができる】
9	がん教育	○がんについて学習したことを基に課題を見つけたり、それらを表現することができる	【話し合い活動によりお互いの意見を交換し、思考を深めることができる】 【メッセージカードを作成することができる】
10	喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ（ロールプレイング）	○喫煙・飲酒・薬物乱用への誘惑に負けない適切な意思決定と行動選択の必要性について考え、ロールプレイングを通して実践力を高める	【ロールプレイングを行うことができる】

6 本時の指導

「がん教育」（9 / 10 時間）

(1) ねらい

がんを自分自身の身近な問題として捉え、自分ができることを考え、行動する。

(2) 本時の評価規準

評価の観点	思考・判断
評価規準	がんについて学習したことを基に課題を見つけたり、それらを表現することができる。
評価方法	授業内：教師による観察 授業後：メッセージカードの記入

(3) 本時の工夫点

場面	工夫点（手立て、方法）	理由
グループで話し合い活動を設ける	ホワイトボードを活用して意見を書く	お互いの意見を交換することで思考の深まりを高めるため
メッセージカードを書く	自分の身近な人を思い浮かべて書く	身近な人にメッセージを送ることで自分の行動に変容が起こると期待できるため

(4) 展開

過程	学習活動・内容・発問等	予想される児童の反応	指導上の留意点、評価等
----	-------------	------------	-------------

5分	振り返り ノート40ページを開き、「がんしゃんの冒険」、「がんカルタ」を思い出させる 今日のめあての確認 「がんを自分自身の身近な問題として捉え、自分ができることを考え、行動する。」	・覚えていない ・めあてを理解できない生徒がいる	・キーワードを発表させる ・アンケート結果を発表する
15分	沖縄県の現状を示す ①働き盛り世代の死亡率が全国より高い ②全国一のメタボリック該当者・予備軍 ③野菜の摂取量が少ない 資料からみて私たちができることを話し合う	・資料を読み取れない生徒がいる ・話し合い活動に参加しない生徒や自分の意見を言えない生徒がいる	・がんと沖縄県の現状が関連づいていることに気づかせる ・相手の話を聞き、人の意見を否定しない
5分	発表	・グループの発表を聞けない生徒がいる	・グループの発表を聞き、他の人の意見を聞く
15分	小林麻央のブログの提示 メッセージカードの作成	・メッセージを作成できない	・自分の身近な人を思い浮かべながら将来を想像してメッセージを書く
10分	発表 まとめ	・発表を聞けない生徒がいる	・発表させ、自分の行動変容にも役立てる

7 板書計画

今日のめあて 「がんを自分自身の身近な問題として捉え、自分ができることを考え、行動する。」				
1	沖縄県の現状			
	①働き盛り世代の死亡率が全国より高い			
	②全国一のメタボリック該当者、予備軍			
	③野菜摂取量が少ない			

参考文献

がんカルタを活用した健康教育 -ファシリティーターガイド-

2012年11月 大阪府立成人病センターがん予防情報センター

がんかるた

がんちゃん冒険 DVD

健康おきなわ21

がん予防授業で学ぶ

沖縄市の宮里中

日本人の2人に1人がかかり、3人に1人が死亡するがん。国民病とも言われるが、学校で学ぶ機会は限られている。生活習慣を見直し、健康や命の大切さを知ってもらおうと、沖縄市の宮里中学校で16日、がん教育の授業があった。



健康の大切さ 意見交換

2012年に閣議決定された「がん対策推進基本計画」は、がんそのものや、がん患者に対する理解を深める教育は「不十分」と指摘し、5年以内に学校教育のあり方を含めて検討し実行に移すの目標を掲げた。これを受け、文部科学省も学校でのがん教育に力を入れ始めている。

宮里中のがん教育は、健康な生活と疾病の予防について学ぶ計10時間の単元の一環。琉球大医学部付属病院がんセンターなどの協力も得て、生徒たちはがんから身を守るための知識や方法を学んだり、資料で調べたことを新聞形式にまとめた。授業の担当は、県外の研究会に参加するなど、がん教育のあり方を研究している保健体育の花木瑠実教諭。3年生2クラスの女子生徒約40人を前に、「がんに向き合う」とのテーマで授業を進めた。

がん予防について意見を交わす生徒ら

16日、沖縄市・宮里中学校

生徒たちはグループに分かれ、がん予防のために自分のできることを話し合った。発表では「たばこを吸わない」「適度な運動をする」などの対策や「飲酒カレンダーを付ける」「がんをひどくすると思わないこと」などさまざまな意見や提言が出た。

クラスが静まりかえったのは、乳がんで闘病中のフリーアナウンサー、小林麻央さんがブログに書き込んだ「奇跡を起こしたい」との文面が紹介された時。花木先生が「がんはだれにでも起こりえます。身近な人を思い浮かべてメッセージを書いて」と呼び掛けると、生徒たちは家族に向けて「幼稚園の時に手紙でお願いしたら禁煙してくれましたね」「子どもの高校受験を心配するくらいなら自分のことも心配して」などと、それぞれの思いをカードに記入した。

女子生徒の一人は「母が一度がんになったので怖さは知っていますつもりだったけど、いつ自分もかかるか分からないと改めて思った」と授業の感想を述べていた。

郵便物認可

第24356号 (日刊)

沖縄 OOKINAWA TIMES タイムス

2016年11月30日 水曜日
(平成28年) 【旧11月2日・赤口】

発行所 那覇市久茂地2丁目2番2号
(郵便番号900-8678) 沖縄タイムス社
私書箱 那覇中央郵便局293号©沖縄タイムス社 2016年