

1 単元について

対 象 学 年	中学校 第3学年
学 習 指 導 要 領	(4) 健康な生活と疾病の予防
単 元 名	(4) 健康な生活と疾病の予防
単 元 目 標	<p>健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康は主体と環境との相互作用のもとに成り立っており、疾病は主体要因と環境要因が関わりあって発生することが分かる。 ・健康の保持増進には、年齢や生活環境に応じた食事、運動、休息及び睡眠の調和の取れた生活が必要であり、それらの生活習慣の乱れは、健康を損なう原因となることが分かる。 ・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や、そのような行為には個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響していることから、適切に対処する必要があることが分かる。 ・感染症は、病原体が主な要因となって発生することや、感染症の多くは発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できることが分かる。 ・個人の健康と集団の健康とは密接な関係があり、相互に影響し合うことや、健康を保持増進するためには、保健・医療機関を有効に利用することが大切であることが分かる。
配 慮 事 項	<p>基礎的・基本的な内容の確実な定着の工夫 単元指導計画の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習指導要領に基づき、学習時間を継続的・集中的に確保するよう指導計画を作成し、効果的に学習を進める。 ・生徒の興味・関心を高め理解を深めるために、積極的に実習や課題学習を行うなどの指導方法の工夫をする。 ・養護教諭や栄養職員とのチームティーチングを計画的に取り入れる。 <p>単位時間の工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートを用いて知識・理解の定着を図ると同時に、自分の生活と結び付けて考えることができるよう、ワークシートの内容を工夫する。 ・導入に使う資料を工夫し、関心・意欲・態度を高めたり、課題意識をもたせたりする。
参 考 資 料	資料1：ワークシート・・・学習効果を上げるため、学習内容をまとめたり、自分の考えを記入したりするために使用

2 単元の評価規準

	ア 健康・安全への関心・意欲・態度	イ 健康・安全についての思考・判断	ウ 健康・安全についての知識・理解
内容のごまとのま評り価規準	健康の保持増進のために必要な生活行動や疾病の予防について関心をもち、仲間と協力して資料を集めたり、意見を交換したりしながら課題を見付け、意欲的に学習しようとしている。	健康の保持増進のために必要な生活行動や疾病の予防について、自分の知識や経験、資料、仲間の意見や考えなどを元にして、科学的に考え、選択すべき行動を判断できる。	健康の保持増進のために必要な生活行動や疾病の予防について、科学的に理解し、日常生活の課題解決に役立つ知識を身に付けている。
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 健康の保持増進のために必要な生活行動や疾病の予防について、資料を見たり、自分の日常生活を振り返りながら課題を発見しようとしている。 教師や仲間と共に活動したり、教科書などの資料を読んだりして、課題について調べようとしている。 教科書などの資料を元に、自分の考えや意見をまとめようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康な生活の仕方や疾病の予防について、自分の知識や日常生活等を振り返り、問題点を見付けることができる。 健康な生活の仕方や疾病の予防の方法について、資料を元に、予想したり、整理したりすることができる。 健康な生活や疾病の予防について、学習したことを日常生活に当てはめることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> 健康は主体と環境から成り立ち、疾病はそれらの要因がかかわりあって起こることを知っている。 健康の保持増進には、生活習慣が深くかかわっていること、それが主な要因となって起こる疾病やその予防の仕方について知っている。 喫煙、飲酒、薬物乱用の健康への影響と乱用してはいけないことを理解し、知識を身に付けている。 感染症の要因とその予防の方法について知っている。 個人の健康と集団の健康は密接な関係があること、健康を保持増進するためには、保健・医療機関の有効な利用が必要であることを知っている。

	ア 健康・安全への関心・意欲・態度	イ 健康・安全についての思考・判断	ウ 健康・安全についての知識・理解
単位時間における具体の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・健康についての関心をもつとともに、自分の生活を振り返り、健康な生活を送るための課題をもとうとしている。 ・自分の生活を改善しようとするものを主体的に選択し、具体的な改善方法を見付けようとしたり、仲間に助言しようとしたりしている ・健康を守ることに関心をもち、進んで調べたり適切なアドバイスをしたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・機械化や自動化が進み運動不足の傾向にあることに気付き、健康づくりのために効果があり長続きする運動を判断している。 ・疲労を回復するためには休養を適切に取り入れることが必要であることに気付き、休養のとり方を判断している。 ・生活習慣病の原因となる生活習慣が子どものころから作られることに気付き、予防するための具体的な方法を判断している。 ・誘われても断り切れなかったり、無意識のうちに近付いてしまうことがあることに気付き、どのように断ればよいかを探ろうとしている。 ・予防するための3つの原則について対策をとれば感染症を予防できることに気付き、その具体的な対策を選択している。 ・日常生活ではエイズに感染しないことに気付き、差別なく支え合っていく方法を判断している。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食品には生活や体の発育に必要なエネルギーと栄養素が含まれていることや、朝食を抜くと体も脳も十分に働かないことを理解している。 ・がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病の起こり方とその原因、がんを防ぐための12か条について理解している。 ・ニコチンの依存性によって喫煙が習慣化することや、長期の喫煙によって肺がんなどの様々な病気にかかりやすくなることを理解している。 ・アルコールは脳や神経の働きを低下させることや、依存性があり過度の飲酒を続けると肝臓などの内臓に悪影響を及ぼすことを理解している。 ・薬物乱用によって精神異常や体に悪影響が及ぶだけでなく、幻覚や妄想によって犯罪などを引き起こす可能性があることを理解している。 ・喫煙・飲酒・薬物乱用を始めるきっかけが、身体に及ぼす悪影響についての知識が無いことや、そのときの心理状態が影響していることを理解している。

	<ul style="list-style-type: none">・健康への関心が高まっていることに気づき、自己の健康を増進させるための具体的な行動を選択している。	<ul style="list-style-type: none">・感染症の種類や感染経路、感染の仕方について理解している。・性感染症は性的接触による感染、エイズは血液感染、母子感染、性行為による感染経路があることを理解している。・憲法第25条や厚生労働省、保健センターなど、健康を守るための施設や活動などがあることを理解している。
--	---	---

3 評価の計画

【保健 第3学年】(4) 健康な生活と疾病の予防

時間	学習内容 (学研 中学保健体育)	ねらい	評価規準 [評価の手立て]		
			健康・安全への 関心・意欲・態度	健康・安全についての 思考・判断	健康・安全についての 知識・理解
1	(4) - ア(ア、イ) 健康の成り立ち 主体と環境要因	死因が感染症から生活習慣病に移り変わってきたことや、健康が主体と環境のかかわりで成り立っていることを理解することができる	健康についての関心をもつとともに、自分の生活を振り返り、健康な生活を送るための課題をもととしている [観察、発言内容、感想文]	生活習慣などの主体要因と周りの環境要因とのかかわりで健康が成り立っていることに気付き、解決の方法を判断している [発言内容、ワークシートの記述]	日本の死因が、結核などの感染症からがんなどの生活習慣病に移り変わってきたことを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
1	(4) - イ(ア) 食生活と健康	生活や体の発育に必要なエネルギーが食事によって補給されることや、生活のリズムを整え規則正しい食生活を送ることが大切なることを理解することができる	自分の食生活に関心をもち、朝食をきちんととることやバランスよく食べることなど自分の食生活の課題を見付けようとしている [観察、食生活の調査、発言内容、感想文]	エネルギーが不足してくると、体も脳も十分に働かないことに気付き、規則正しい食生活の仕方を判断している [発言内容、ワークシートの記述]	食品には生活や体の発育に必要なエネルギーと栄養素が含まれていることや、朝食を抜くと体も脳も十分に働かないことを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
1	(4) - イ(イ) 運動と健康	運動には体を発達させる効果やストレスを和らげる効果があることや、適切な運動の行い方を理解することができる	運動することに関心をもち、体の各器官を発達させたり、気分転換をするために、日常的に運動を行う方法を見付けようとしている [観察、運動の調査、発言内容、感想文]	機械化や自動化が進み運動不足の傾向にあることに気付き、健康づくりのために効果があり長続きする運動を判断している [発言内容、ワークシートの記述]	適度な運動には、体を発達させる効果と精神的な効果があることや、中学生期は持久力や筋力が発達する時期であることを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
1	(4) - イ(ウ) 休養及び睡眠と健康	精神的緊張が続くために疲労やストレスが起りやすいことや、疲労を回復するためには様々な方法があることを理解することができる	疲労やストレスを解消することに関心をもち、睡眠を十分とることや軽い運動をすることなど、具体的な解消方法を見付けようとしている [観察、発言内容、感想文]	疲労を回復するためには休養を適切に取り入れることが必要であることに気付き、休養のとり方を判断している [発言内容、ワークシートの記述]	生活リズムの崩れや睡眠不足によって疲労やストレスが蓄積すると、抵抗力が低下し、様々な健康障害につながることを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]

1	(4) - イ(ア) (イ) (ウ) 課題選択学習	食生活、運動、休養について、自分の生活を改善しようとするものを選択し、具体的な改善方法を考え発表することができる	自分の生活を改善しようとするものを主体的に選択し、具体的な改善方法を見つけようとしたり、仲間に助言しようとしたりしている [観察、課題に対する取り組み、発言内容、感想文]	中学生期での食事の仕方や運動方法、休憩の取り方を、具体的な改善方法を判断している [発言内容、ワークシートの記述]	食事、運動、休養が健康な生活に大きく関わっていることを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
2	(4) - イ(エ) 調和のとれた生活と生活習慣病	生活習慣病がどんな病気であるかを知り、その予防のためには食生活や運動などの生活習慣を整えていくことが必要であることに気付き、実生活での具体的な行動目標をもつことができる	生活習慣病を予防することに関心をもち、生活習慣を望ましいものにしていく方法を見つけようとしている [観察、生活習慣の調査、発言内容、感想文]	生活習慣病の原因となる生活習慣が子どもの頃から作られることに気付き、予防するための具体的な方法を判断している [発言内容、ワークシートの記述]	がんや心臓病，脳卒中などの生活習慣病の起こり方とその原因，がんを防ぐための12か条について理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
		循環器の病気、糖尿病、がんの症状や原因について知り、それぞれの予防法について考え、実生活に生かしていこうとすることができる	生活習慣病にはどんなものがあるのかに関心をもち、資料をもとに生活習慣病の種類と原因を調べようとしている [観察、発言内容、感想文]	様々な生活習慣病の原因が生活習慣にあることに気付き、食生活を中心とした生活習慣の改善で予防する具体的な方法を判断している [発言内容、ワークシートの記述]	がんや心臓病，脳卒中などの生活習慣病の起こり方とその原因，がんを防ぐための12か条について理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
1	(4) - ウ(ア) 喫煙と健康	喫煙によって肺がんなどの様々な病気にかかりやすくなることや、喫煙者と非喫煙者では死亡率が違うことを理解することができる	喫煙の健康への悪影響に関心をもち、たばこが健康に与える悪影響を調べようとしている [観察、発言内容、感想文]	喫煙者と非喫煙者の健康状況やがん死亡率が違うことに気付き、日常生活の在り方を見つめることができる。 [発言内容、ワークシートの記述]	ニコチンの依存性によって喫煙が習慣化することや、長期の喫煙によって肺がんなど様々な病気にかかりやすくなることを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
1	(4) - ウ(イ) 飲酒と健康	飲酒によって思考力や運動能力が低下することや、過度の飲酒を続けると肝臓などに悪影響を与えることを理解することができる	アルコールがからだに及ぼす影響に関心をもち、アルコールが体に与える影響を調べようとしている [観察、発言内容、感想文]	脳や神経の働きが悪くなることによって思考力や運動能力が低下することに気付き、過度の飲酒が引き起こす体への害を判断している [発言内容、ワークシートの記述]	アルコールは脳や神経の働きを低下させることや、依存性があり過度の飲酒を続けると肝臓などの内臓に悪影響を及ぼすことを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]

1	(4) - ウ(ウ) 薬物乱用と健康	薬物乱用によって脳の萎縮や精神異常を起こすことや、幻覚や妄想によって犯罪を引き起こす可能性があることを理解することができる	薬物が身体に及ぼす悪影響について関心をもち、薬物が体に与える影響について調べようとしている [観察、発言内容、感想文]	禁断症状から逃れるために使用を繰り返し、次第に使用量が増えていくことに気付き、薬物乱用がもたらす悪影響を探ろうとしている [発言内容、ワークシートの記述]	薬物乱用によって精神異常や体に悪影響が及ぶだけでなく、幻覚や妄想によって犯罪などを引き起こす可能性があることを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
2	(4) - ウ(ウ) 薬物乱用と健康 ・喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ ・たばこ、酒、薬物に手を出さないために	喫煙、飲酒、薬物乱用の開始には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が大きく影響していることが分かり、使用を始めてしまう理由とそれに対する対策を理解することができる 喫煙、飲酒、薬物乱用の開始には、個人の心理状態や人間関係、社会環境が大きく影響していることが分かり、使用を勧められても断ろうとする意思をもつことができる	喫煙・飲酒・薬物乱用の恐ろしさに関心をもち、喫煙を始めてしまう理由を調べようとしている [観察、発言内容、感想文] 喫煙・飲酒・薬物乱用の恐ろしさに関心をもち、使用を周囲から勧められても断る具体的な方法を見付けようとしている [観察、発言内容、感想文]	誘われて断り切れなかったり無意識のうちに近づいてしまうことに気付き、どのように断ればよいかを探ろうとしている [発言内容、ワークシートの記述] 誘われても断り切れなかったり、無意識のうちに近付いてしまうことがあることに気付き、どのように断ればよいかを探ろうとしている [発言内容、ワークシートの記述]	喫煙・飲酒・薬物乱用を始めるきっかけが、身体に及ぼす悪影響についての知識が無いことや、そのときの心理状態が影響していることを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト] 喫煙・飲酒・薬物乱用を始めるきっかけが、害についての知識が無いことや、そのときの心理状態が影響していることを理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]
2	(4) - エ(ア) 感染症の原因とその予防	感染症は病原体によって起こる病気であることを知り、感染には主体と環境の条件が関係していることに気付き、感染症の起こり方について理解することができる 感染症を予防するための3つの原則を知り、具体的な対策を考えたり、免疫のはたらきについて理解したりすることができる	感染症の原因に関心をもち、感染症が起こる原因を調べようとしている [観察、発言内容、感想文] 感染症の原因に関心をもち、感染を防ぐ具体的な方法を見付けようとしている [観察、発言内容、感想文]	人口が密集していたり衛生状態が悪かったりすると感染症が流行しやすくなることに気付き、その対応を選択している [発言内容、ワークシートの記述] 予防するための3つの原則について対策をとれば感染症を予防できることに気付き、その具体的な対策を選択している [発言内容、ワークシートの記述]	感染症の種類や感染経路、感染の仕方について理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト] 感染症を予防する3つの原則や、免疫のしくみ、予防接種の効果について理解している [発言内容、ノート整理、定期テスト]

2	(4) - エ(イ) エイズ及び性感染症の予防	<p>性感染症やエイズがどんな病気であるかを知り、感染経路が性的接触や血液感染などに限定されていることや、性感染症を予防するための方法を理解することができる</p>	<p>性感染症やエイズについての関心を持ち、これらの病気にかからないための方法を見付けようとしている</p> <p>[観察、発言内容、感想文]</p>	<p>性感染症やエイズは感染経路が限られていることに気付き、予防のための方法を判断している</p> <p>[発言内容、ワークシートの記述]</p>	<p>性感染症は性的接触による感染、エイズは血液感染、母子感染、性行為による感染の感染経路があることを理解している</p> <p>[発言内容、ノート整理、定期テスト]</p>
		<p>エイズ患者や感染者に対する差別偏見があることに気付き、差別なく支え合っていこうとすることができる</p>	<p>エイズや性感染症についての関心を持ち、これらの病気にかからないための方法を見付けようとしている</p> <p>[観察、発言内容、感想文]</p>	<p>日常生活ではエイズに感染しないことに気付き、差別なく支え合っていく方法を判断している</p> <p>[発言内容、ワークシートの記述]</p>	<p>性感染症は性的接触による感染、エイズは血液感染、母子感染、性行為による感染の感染経路があることを理解している</p> <p>[発言内容、ノート整理、定期テスト]</p>
1	(4) - オ 個人の健康と集団の健康	<p>健康を守るための法律や施設があることを知り、その目的や利用の仕方について理解することができる</p>	<p>健康を守ることに関心を持ち、社会の一員としてできることを見付けようとしている</p> <p>[観察、発言内容、感想文]</p>	<p>健康を守るための法律や施設があることに気付き、その利用の仕方を判断している</p> <p>[発言内容、ワークシートの記述]</p>	<p>憲法第25条や厚生労働省、保健センターなど、健康を守るための施設や活動などがあることを理解している</p> <p>[発言内容、ノート整理、定期テスト]</p>
3	3年間の保健学習のまとめ	<p>3年間の学習内容に関心を持ち、これからの生活の中で健康づくりのために取り組んでいくことを考え、調べた内容を作文にまとめることができる</p>	<p>健康を守ることに関心を持ち、進んで調べたり適切なアドバイスをしたりしている</p> <p>[観察、課題に対する取り組み、発言内容、感想文]</p>	<p>健康への関心が高まっていることに気付き、自己の健康を増進させるための具体的な行動を選択している</p> <p>[発言内容、ワークシートの記述]</p>	<p>1年生から3年生まで学習した内容について振り返り、健康な体を生み出すための方法を理解している</p> <p>[発言内容、ノート整理、定期テスト]</p>
		<p>これからの生活で実践していこうとすることを発表し、健康な生活を送ることを決意することができる</p>	<p>自分の健康について関心を持ち、調べたり考えたりした内容を意欲的に発表している</p> <p>[観察、発言内容、感想文]</p>	<p>健康への関心が高まっていることに気付き、自己の健康を増進させるための具体的な行動を選択している</p> <p>[発言内容、ワークシートの記述]</p>	<p>1年生から3年生まで学習した内容について振り返り、健康な体を生み出すための方法を理解している</p> <p>[発言内容、ノート整理、定期テスト]</p>

4 単位時間の授業展開例 (4) - イ(エ)「調和のとれた生活と生活習慣病」

(1) 本時のめあて

生活習慣病がどんな病気であるかを知り、その予防のためには食生活や運動などの生活習慣を整えていくことが必要であることに気付き、実生活での具体的な行動目標をもつことができる。

(2) 本時の位置 第1時/全2時

(3) 展開案

過程	学習内容・学習活動	教師の指導・評価
導入	<p>生活習慣病と呼ばれるものには、どんなものがあるだろうか。</p> <p>がん、心臓病、脳卒中、高血圧、糖尿病</p>	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病は、様々な病気の総称であることを押さえる。 死亡原因の上位であるがんを中心に学習を進める。
展開	<p>・「死亡の原因」の資料を見て、生活習慣病が原因で死亡する人の割合が高いことをつかむ。</p> <p>・がんは正常な細胞の遺伝子が傷ついてがん細胞に変化し、増殖していく病気であることや、心臓病や脳卒中は循環器の病気であることをつかむ。</p> <p>生活習慣病の原因として、どんなことが考えられるだろうか。</p> <p>脂肪や塩分の取りすぎ、喫煙や過度の飲酒、運動不足、ストレス</p> <p>・「生活習慣病とかかわりの深い生活」の資料を見て、今の自分の生活と関わりのある項目が多いことに気付かせる。</p>	<p>がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病の起こり方とその原因、がんを防ぐための12か条について理解している。 【知識・理解】</p> <p>・かつて「成人病」と呼ばれていたものが「生活習慣病」と呼ばれるようになったことにも触れる。</p> <p>生活習慣病の原因となる生活習慣が子どもの頃から作られることに気付き、予防するための具体的な方法を判断している。</p>
終末	<p>昨日の自分の生活を振り返り、生活習慣病を予防する生活の仕方を考えよう。</p> <p>・プリントに、前日の食事、運動、睡眠、ストレスについて書き出す</p> <p>・「がんを防ぐための12か条」に照らして、予防するために気をつけることを考える。</p> <p>・班でプリントをもとに交流し、互いの生活の仕方やがんを防ぐために気をつけることを相互評価する。</p> <p>授業を終えた感想をワークシートに記入しよう。</p>	<p>【思考・判断】 生活習慣病を予防することに関心をもち、生活習慣を望ましいものにしていく方法を見付けようとしている。 【関心・意欲・態度】</p> <p>・具体的な行動について考えさせ、今日からの生活に生かすよう話す。</p>

4 単位時間の授業展開例 (4) - イ(エ)「調和のとれた生活と生活習慣病」

(1) 本時のめあて

循環器の病気、糖尿病、がんの症状や原因について知り、それぞれの予防法について考え、実生活に生かしていこうとすることができる

(2) 本時の位置

第2時 / 全2時

(3) 展開案

過程	学習内容・学習活動	教師の指導・評価
導入	<p>前回生活習慣病の予防について学習したが、生活習慣病の予防の仕方は、どの病気でも同じだろうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> 予想を発表する。 <p>循環器の病気は血管が狭くなったり、詰まったり、破れたりする病気だが、その原因は何だろう。</p>	<ul style="list-style-type: none"> 病気を示すイラストや写真を用意しておく。 脳卒中や心臓病は脳や心臓の病気ではなく、血管の病気であることを押さえる。
展開	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>血液の中の脂肪が血管の内側に付着するから 血管が硬くなること 脂肪分や塩分のとりすぎ 運動不足 肥満</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> 「循環器の病気の起こりかた」の資料を見て、その原因を考える。 循環器の病気が食事、運動、ストレスが原因で起きていることを理解する。 <p>がんは正常な細胞の遺伝子が、発ガン性物質によって傷つけられ、がん細胞に変化してしまう病気である。どうすれば予防することができるだろうか。</p>	<p>がんや心臓病、脳卒中などの生活習慣病の起こり方とその原因、がんを防ぐための12か条について理解している。</p> <p style="text-align: center;">【知識・理解】</p> <p>生活習慣病にはどんなものがあるかに関心を持ち、資料をもとに生活習慣病の種類と原因を調べようとしている。</p> <p style="text-align: center;">【関心・意欲・態度】</p>
終末	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>たばこを吸わない 塩分、脂肪分を減らす 野菜を多く食べる 適度に運動する ストレスをためない 焦げた物を食べない</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> 「部位別のがん発生率」の資料を見て、増加傾向にある肺がんと大腸がんについて、その理由を考える。 「がんを防ぐための12か条」の資料を見て、生活習慣との関わりを見付ける。 <p>(・糖尿病、その他の病気についての説明をする。)</p> <p>前時に考えた生活習慣病の予防の仕方について、今日の学習で新たに分かったことを付け加え、ワークシートにまとめよう。</p>	<p>様々な生活習慣病の原因が生活習慣にあることに気付き、食生活を中心とした生活習慣の改善で予防する具体的な方法を判断している。</p> <p style="text-align: center;">【思考・判断】</p>

5 評価の実際と個に応じた指導事例

学習内容	調和のとれた生活と生活習慣病	喫煙と健康	感染症とその予防
評価規準	生活習慣病を予防することに関心を持ち、生活習慣を望ましいものにしていく方法を見付けようとしている。	ニコチンの依存性によって喫煙が習慣化することや、長期間の喫煙によって肺がんなど様々な病気にかかりやすくなることを理解している。	人口が密集していたり衛生状況が悪かったりすると感染症が流行しやすくなることに気付き、その対応を選択している。
評価方法	観察、発言内容、感想文	発言内容、ノート整理	発言内容、ワークシートの記述
「努力を要する」と判断した状況	生活習慣病の予防に関心がもてず、望ましい生活の仕方を見付けようとしな	喫煙が健康に及ぼす悪影響について、十分理解していない。	感染の仕方を理解することや、感染を防ぐ方法を選択できていない。
その要因	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病の認識が足りない。 自己の生活の問題点が適切に把握できていない。 	<ul style="list-style-type: none"> 喫煙経験がなく、実感が湧かない。 喫煙の害の認識が弱く、病気の原因として捉えていない。 	<ul style="list-style-type: none"> 感染症について理解できていない。 感染症を身近な病気として捉えていない。
指導の手だて	<p>【手だて1】 死亡の原因を示した資料を用いて、がん、心臓病、脳卒中で約60%の死亡原因であることを示す。この資料をもとに、誰もが生活習慣病になる可能性があることを説明し、自分の健康に関する問題であることを意識させる。</p> <p>【手だて2】 ワークシートを用いて自己の生活について自己分析させ、それをもとにグループ交流させる。グループの仲間から、互いの改善点についてアドバイスをさせ、本人が把握できていない生活の問題点に気付かせる。</p>	<p>【手だて1】 たばこの煙を脱脂綿や水に吸着させ、たばこの煙によって汚れた様子を観察させる。観察後に気付いたことを交流させ、喫煙によって、自分ののどや肺も同様に汚れていくことに気付かせていく。</p> <p>【手だて2】 非喫煙者と比べた喫煙者のがん死亡率の資料を示し、多くの部位において喫煙者の方が死亡率が高くなることに気付かせる。</p>	<p>【手だて1】 病原体が体に侵入して感染が起こることを理解させるために、病原体のイラストや模型を使って感染する仕組みを説明し、理解させる。</p> <p>【手だて2】 多くの子どもが経験しているかぜを取り上げ、その予防方法について意見交流させる。「うがいや手洗いをする」「マスクをつける」「人ごみに出ない」などの対処の仕方を出させ、それを感染を予防する3つの原則にあてはめて考えさせる。</p>