

1 題材名 けんこうな生活 —からだからの「お便り」を受け取ろう—

2 題材について

毎日を健康に過ごすためには、食事、運動、睡眠の調和のとれた生活をするのが大切である。子どもは、好き嫌いせずに食べること、外で元気よく遊ぶこと、早く寝ることは小さい頃から言われてきており、大切だと知っている。しかし、なぜ大切なのか理解し、意識して生活している子どもは少ない。

体調不良を訴えて保健室に来室する子どもたちに対応していると、毎朝、排便していなかったり、最後に排便したのはいつなのか覚えていなかったり、便を見ないで流してしまう子どもが多いことが見えてきた。また、高学年になると夕食や就寝時間が遅くなる子どもが多くなる。そのような子は、朝、ぎりぎりまで寝ているため、ゆっくり朝食を摂取する時間がないばかりか、何も口にしていなかったり、トイレに行き排便する時間を確保できていなかったりする傾向にある。

排便は健康の目安ともいわれ、健康に欠かせない生活リズムの一つである。3年生から保健学習がスタートするにあたって、自分の身体にあらわれる様々なサインや訴えが、毎日の生活と健康には深いつながりがあることに気付かせたい。そこで、普段、何気なく自分の身体から出ているものについて注目させ、問い直すことで、子ども自身が自分の身体に関心を持ち、身体の状態を知ろうとするように意識を育てることが重要だと考えた。本時では、身体から出るものの中でも、特に子どもにとって臭くて「きたない」という嫌悪感があるうんちがどのようにできていくのかについて知り、考えることを通して排便に対する意識を変容させ、身体の営みのすばらしさを伝えたい。そして、生涯にわたって健康について考え続け、毎日を健康に過ごすために実践しようとする意欲をもたせる学習を目指したい。

3 学習指導計画（2時間目／全3時間）

- 第1次 からだから出るものについて考えよう …1時間
- 第2次 からだからの「お便り」を受け取ろう …本時1／1時間
- 第3次 すっきり朝うんちを出すための作戦を考えよう …1時間

4 本時の学習について

(1) 本時のねらい

- ・食べ物が排泄されるまでの仕組みを通して、身体にとってうんちは不必要なものではなく、健康に生活するための大切な役割があることに気付く。
- ・うんちの状態を知り、体調や生活リズムとの関連を考えようとする意識をもつことができる。

(2) 予想される本時の展開

主な学習内容と子どもの姿	留 意 点
1. 前時を振り返り、課題を確認する。	・子どもたちから挙げられた「からだから出るもの」を示す。
2. 今までに出たことのあるうんちを振り返る。 ・健康なときのうんち・健康でないときのうんち	・うんちの色、形、量、におい、出たときの身体の様子や気持ちを考えさせる。
3. 食べ物の旅について考えよう。	・食べ物がどのように変化して便になっていくのか内臓エプロンを使って説明する。 ・実物大の小腸の模型を作り、身体の仕組みの不思議さや身体の営みについて考えさせる。
4. 活動を通して分かったこと、感じたことを振り返り、今後の生活で実践したいことを考える。	・何人かに発表させて全体で共有する。

□授業後の話し合いで話題にしたいこと

- ・排便に対する意識が変容し、健康な生活を目指そうとする意欲が高まる学習であったか。