

第6学年「体育（保健）」学習指導案

授業者 江部 紀美子

2月21日（木）2階B室 10:00～10:40 話し合い10:55～11:45

1 題材名 病気の予防 ―心の不調や病気について考えよう―

2 題材について

近年の社会や生活環境の急激な変化は、子どもたちの心身の健康にも大きな影響を与えている。中教審をはじめ、様々なところで精神疾患について学ぶ重要性が指摘され、高等学校保健体育の新学習指導要領には「精神疾患の予防と回復」が盛り込まれることとなった。「精神疾患の予防と回復には、運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践するとともに、心身の不調に気付くことが重要であること。また、疾病の早期発見及び社会的な対策が必要であること。」と記されている。

卒業を間近にした6年生の子どもたちは、4月からの新しい生活への期待と不安でいっぱいである。誰しも、心理的な負荷を受けずに生きていくことはできない。そこで、困難な状況に置かれても、生涯にわたって自他の心の健康を保持増進していく力を育みたいと考えた。

10歳前後に始まる思春期は心とからだの両方に大きな変化が起こり、様々な精神疾患が発症し始める時期でもある。対処せずに放置すると学校生活を送ることが難しくなったり、学力が低下したりして将来への影響も大きい。心の不調や病気も身体的な病気と同様に、できるだけ早期に不調に気付いて適切な対処をすれば、本格的な発症を防ぎ、回復につなげることが可能であるとされる。しかし、ほとんどの子どもは、心にも不調や病気が存在することすら知らない、あるいは具体的にどのような兆候や症状が現れるのかを知らず、考えたこともないのが現状だといえる。その結果、心の不調や病気はなかなか気付かれず、不調を感じても対処できないことが多い。その予防と早期発見および適切な対処のためには、兆候や症状、対処方法などの正しい知識、つまりメンタルヘルスリテラシーを学び、具体的な知識と技能を身に付けることが必要である。

本時では、心の不調や病気についての知識を学ぶだけで終わりにするのではなく、“てつがく”対話を通して、自分自身や家族、友達、そして将来、同じ職場で働く人が心の不調や病気になるかもしれないことを自分事として考えさせたい。また、様々な病気を有する人たちが生活していることを知ることで、周りの人への理解が広がり、お互いに助け合える社会になることに気付かせたい。

3 学習指導計画（4時間目／全4時間）

- | | |
|-----------------------------|----------|
| (1) 病気とは何だろう | …1時間 |
| (2) 心とからだの成長 ―「今」の自分を見つめよう― | …1時間 |
| (3) 心の不調や病気について学び、問いを出そう | …1時間 |
| (4) 問いをもとに“てつがく”対話をしよう | …1時間（本時） |

4 本時の学習について

(1) 本時のねらい

問いをもとに対話を行うことで他者の様々な意見や気持ちを聴き合い、自分自身の考えを深める。

(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 前時を振り返る	・ 1つのサークルの形になって対話をする。
2 問いを提示する	・ ゲストティーチャーとして、精神科学校医も対話に参加する。
3 問いをもとに対話する	・ 子どもから出た問いをもとに養護教諭が立てた問いを提示する。
4 振り返り、これから自分で考えていきたい問いを立てる	・ 子どもたちを中心に対話が進められるように見守る。
	・ 自分の考えの変化に気付かせる。

□授業後の話し合いで話題にしたいこと

- ・ 小学校からメンタルヘルスリテラシー教育を進めることの意義とその内容について
- ・ 保健の授業に“てつがく”対話を取り入れること