第２学年Ａ組　保健体育科学習指導案

日　時　　令和５年 11 月４日（土）第２限
場　所　　２年Ａ組教室（教室棟２階）
指導者　　鈴木　将弘

１．主題（単元・題材）名　　健康な生活と疾病の予防　（ウ）生活習慣病などの予防「がんの予防」

２．目標

(1) がんは，異常な細胞であるがん細胞が増殖する疾病であり，その要因には不適切な生活習慣をはじめ様々なものがあることを理解できるようにする。また，がんの予防や進行の防止には，健康診断やがん検診などで早期に異常を発見し，治療することが有効であることを理解することができる。
〔知識及び技能〕

(2) 習得した知識を自他の生活と比較したり，活用したりして，疾病等にかかるリスクを軽減し健康を保持増進する方法を選択することができる。　〔思考力，判断力，表現力等〕

(3) がんの予防について関心をもち，仲間と協力して意見交換しながら積極的に学習できる。
〔学びに向かう力，人間性等〕

３．単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
・不適切な生活習慣ががんのリスクを高めること，予防するためには適切な生活習慣を身に付けることが有効であることについて発言したり，書き出したりしている。 ・がんの予防と回復には，個人の取組とともに，健康診断やがん検診の普及，正しい情報の発信など社会的な対策が必要であることについて発言したり，書き出したりしている。	・がんの予防と回復について，習得した知識を自他の生活と比較したり，活用したりして，疾病等にかかるリスクを軽減し，健康を保持増進する方法を選択し，説明している。	・がんの予防について，資料を見たり，自分たちの生活を振り返ったりするなどの学習に積極的に取り組もうとしている。

４．STEP との関わり

(1) 保健体育科としてのとらえ

保健体育科では，STEP の活動に向けて，SDGs の要素を取り入れた授業を計画的に配置しながら，関連付けている。内容面での関わりでは「環境」については「健康と環境」，「防災」については「傷害の防止」など，保健分野との結びつきが強い。行動面での関わりでは「質の高い教育をみんなに」に関連づけて「どこでも」「誰とでも」スポーツに親しめる授業つくりを目指している。

保健分野は，生徒の健康の保持増進と福祉を向上させ，より健康的な生活を支援するために重要な科目である。生徒たちが自分自身の生活と健康問題を比較し，根拠をもとに問題解決をしていける姿が表出されることを期待する。

(2) 育成したい資質・能力について

日本のがん検診の受診率が低い状況からの【問題発見】，その状況を解決するための【問題解決】，病気や検診のことを知り，それを他者に根拠をもって伝えることのできる【伝達・発信】の資質・能力の育成を図る。

５．単元について

現在，日本では 2 人に 1 人が一生のうちに何らかのがんにかかると言われている。国立がん研究センターがん対策情報センターによると，年齢階級別にがんと診断されている人の割合は，男女ともに50歳代から 80 歳代くらいまで増加している。20 歳代から 50 歳代前半では女性が男性よりやや高く，60 歳代以降では男性が女性よりも顕著に高いことが報告されている。また，多くのがんは早期に発見することができれば約 9 割が治ると言われている。しかし，日本のがん検診の受診率は約 40%～50%程度であり，欧米の 70%～80%と比較するとかなり低いため，課題となっている。特に 2020 年度においては，コロナ禍の影響もあり，がん検診を受けた人がコロナ禍前よりも 200 万人少ないことが報告されている。

このような背景から，本単元では，がんとはどのような病気なのか，がんを予防するための生活習慣は何かを理解し，さらにがん検診を見直すことで，自分の健康を適切に管理し，生徒を通じて健康で活力のある生活を送るための基盤の育成を図りたい。

６．指導について

保健分野では，健康や福祉に関わる事象や健康情報などから自他の課題を発見し，解決していける資質・能力が表出しやすい分野である。その特性を生かして【問題発見】，【問題解決】，【根拠】の 3 つの資質・能力に着目して本時の展開を考えた。

第 1 時と第 2 時では，生活習慣病について，生活習慣が起因として起こる疾病を学習してきた。そして，自分の生活習慣を見直し，具体的にどのぐらいの運動をするべきか、食事や休養についての学習を行ってきた。第 3 時の喫煙と健康，第 4 時の飲酒と健康では，身体に及ぼす影響を学習し，なぜ 20 歳という年齢制限が設けられているかの視点から健康について考えてきた。第 5 時の薬物乱用と健康では，医薬品も含めて身体に及ぼす影響を学習し，また社会への影響や身体に現れる症状についても学習してきた。

第 6 時（本時）では，日本でのがん対策についての現状を理解させ，そこにある問題点から自分だったらがん検診を受けるのか受けないのかを考えさせる。そして，自分の家族の人と同じ年代を想定し、根拠をもってがん検診を受けるように説明できる資質・能力を引き出すことを目指していきたい。

７．指導と評価の計画（全６時間）　　○「評定に用いる評価」　●「学習改善につながる評価」

時間	□ねらい　■学習活動	知	思	態	評価方法	育成したい資質・能力
第１時 生活習慣病とその予防	□生活習慣病を引き起こす要因と予防の仕方ついて理解する。 ■生活習慣でリスクが高まることや予防ができることを知る。	○		●	●行動観察 ○ワークシート	【発】 【解】
第２時 生活習慣病とその予防	□生活習慣病の発生要因や予防について自己の生活を振り返る。 ■運動，食事，睡眠など自他の生活習慣を振り返りながら予防の方法を考える。		○	○	○行動観察 ○ワークシート	【発】 【根】 【振】
第３時 喫煙と健康	□たばこの有害物質が身体に及ぼす影響を理解する。 ■喫煙の害を知り，勧められた時の対処方法を考える。	○	○		○行動観察 ○ワークシート	【発】 【解】
第４時 飲酒と健康	□飲酒が身体に及ぼす影響を知る。 ■未成年者の飲酒の危険性を知り，勧められた時の対処方法を考える。	○	○		○行動観察 ○ワークシート	【発】 【解】
第５時 薬物乱用と健康	□薬物が身体や社会に及ぼす影響を知る。 ■薬物が身体や社会に及ぼす影響を調べ，勧められた時の対処方法を考える。	○		○	○行動観察 ○ワークシート	【発】 【解】 【伝】
第６時 （本時） がんとその予防	□がんの発生要因と予防の仕方について理解する。 ■がんの予防方法，早期治療の重要性について知り，自己の生活を振り返る。	○	○		○行動観察 ○ロイロノート	【発】 【解】 【根】

※育成したい資質・能力の表記は省略した名称で記述している。
根拠　⇒　【根】，じっくり・いろいろ　⇒　【じ】，　アイディア　⇒　【ア】
問題発見　⇒　【発】，　問題解決　⇒　【解】，　振り返り　⇒　【振】
協働　⇒　【協】，　伝達・発信　⇒　【伝】

８．本時の指導
(1) 目標
① がんについて，多くの種類があり，生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて理解する。　〔知識及び技能〕

② がんの予防方法，早期治療の重要性について知り，自己の生活を振り返る。
〔思考力，判断力，表現力等〕

(2) 指導計画（50 分）

学習活動	○指導上の留意点　◆評価	育成したい資質・能力
1. 挨拶，出席確認 2. 生活習慣が起因として起こる病気を何というか	○生活習慣病の具体的な病気を答えさせる。また，その病気がどんな病気なのかも答えさせたい。	
3. この病気は何？ ・誰もがなりうる病気 ・原因がわからないものもある ・恐竜もかかっていたと言われている ・20 歳代から 50 歳代までは男性より女性の方がやや多い ・2 人に 1 人がかかると言われている ・日本人の死因 1 位である	○答えをすぐに言わないように最後までスライドを見せる。	
がんの予防方法，早期治療の重要性について知り，自己の生活を振り返る。 がん検診を受けるように根拠をもって説明ができるようになる		
4.あなたは，がん検診を受診しますか。	○受診する，受診しないのそれぞれの理由を記入させる。	
5.日本の受診率と欧米の受診率をスライドで見せ，日本の受診率が低い理由を考えさせる。		【発】
6. 4 つの観点を班員で分担させて調べさせ，発表させる。 ① 受診できない時間の対策について ② 検診の必要性について ③ 検診の費用について ④ 対象年齢について	補足説明 ① 忙しい生活の中でどのように受診する機会を作るのか。検診時間はどれくらいなのか。 ② 宣告された時の不安をどうするのか。 ③ 費用がどれくらいかかるのか。経済対策はあるのか。 ④ 何歳から受診できるのか，その理由は何なのか。若い人は検診をしなくていいのか。	【解】
7. がんがどのような病気なのかを知る。	○がんがどのような病気なのかを知り，日本のがんの現状をスライドで確認する。 ○がんのできにくい臓器があることにも触れる。	

8．がんの早期発見，早期治療との完治率を説明する 9．40 代から 50 代の人に根拠をもってがん検診を受けるように説明しよう。	○早期に検診をすることで完治率があるグラフを元に説明する。 ◆ロイロノートに，活動を通して得た学びを書いている。（知・思・態）	 【根】