

1. 単元名 心身の機能の発達と心の健康

2. 単元の目標

(1) 心身の機能の発達や心の健康について関心をもち、自ら課題を見付け、進んで課題解決に取り組むことができる。

(関心・意欲・態度)

(2) 心身の機能の発達や心の健康について、課題の設定や解決の方法を考え、判断することができる。

(思考・判断)

(3) 心身の機能の発達の仕方や精神との関係を理解し、その知識を身に付けている。

(知識・理解)

3. 単元と生徒

(1) 単元について

本単元は、人間の基礎的理解として、体や心がどのように発達していくか、心の健康を保つにはどうすればよいか、ということ学習させると同時に、中学生期の発達段階の特徴を理解し、自分の心身の発達段階を肯定的に受け止め、発達についての自分なりの課題を考え、その課題に向かって積極的に取り組めることをねらいとしている。体全体がどのように発達し、特に中学生期が発達のどの時期にあたるかの理解を深めるとともに、心の一般的な発達の仕方と中学生期の特徴についての理解も深めさせたい。

(2) 生徒について

男子12名、女子18名、計30名。全体的に素直で明るく、心身ともに健全で順調な発達をしている生徒が多い。掃除や係活動にも責任をもって頑張る生徒が多いが、授業中での拳手・発言は一部の生徒が活躍する場面も多い。

生徒たちは、小学校で二次性徴や生命の誕生について学習してきた。また、薬物やエイズなどについても学習してきたが、事前アンケートでは、体育の実技の学習はほとんどの生徒が「体を動かすのが好き」などの理由から「大好き・好き」と答えているのに対し、保健の学習は「あまり興味がない」「体育の実技の学習がなくなる」などの理由から半数以上の生徒が「嫌い・大嫌い」と答えた。保健の学習では話しやすい雰囲気大切に、生徒が自ら進んで学習活動に参加出来るようにし、生徒の興味・関心を育てていきたいと思う。

(3) 指導について

本時の学習では生徒の興味・関心が高い「ストレス」を取り上げ、その対処の方法についての話し合い活動を中心として、学習を進めていきたいと考えている。また、事前アンケートでは、「自分の意見を発表しやすい」という理由から小集団での学習を好んでいる生徒が多かったため、本時の学習にも取り入れたいと思う。小集団での話し合い活動に意欲的に参加させ、活発な情報交換をすることで、友達の考えに共感し、また、それと同時に自分の考えも深めることが出来ればと思う。

授業の終わりには、TV授業を活用し、的確な指導やアドバイスを受けることで、本時の学習のまとめにするとともに、今後の保健学習に対する興味を育むことができればと思う。

5. 本時の学習 「欲求やストレスへの対処」(6 / 11)

(1) 本時の到達目標

中学生が抱えるストレスや欲求に適切に対処する方法について、友達の意見を聞いたり、自分の考えを発表することで理解を深め、今後の生活に生かすことができるようにする。

(2) 学習過程

過程	学習活動	時間	資料等	教師の指導・支援
つかむ 一斉	1. 生徒による寸劇を見る。	5		・ 本時の話し合い活動に意欲的に参加できるような雰囲気作りをする。
さぐる 一斉	2. クラスのストレスについて考える。 【アンケート結果の発表】 ・ 中学生はどんなストレスを抱えているのだろう	7	模造紙	・ 体育系の生徒を活用し、生徒の主体的な活動を促すようにしたい。 ・ 和やかな雰囲気を大切にし、小集団での話し合い活動につなげるようにしたい。
	3. 本時の学習課題を確認する。	3		
学習課題：ストレスはどのようにすれば解消できるか。				
ふかめる 小集団	4. ストレスの解消法について考える。 学習 部活動 友達 家庭 生活 【指示】 ・ グループでストレスの解消法について話し合ってください。	15	ワークシート	・ グループでの役割をはっきりさせ、スムーズに話し合い活動ができるようにする。 【評価：関心・意欲・態度】 ・ 仲間の考えや意見を聞いたり、自分の意見を発表しようとする。
	5. ストレスの解消法について発表する。 【指示】 ・ ストレスの解消法について各グループで話し合ったことを紹介してください。	10	画用紙など	【評価：知識・理解】 ・ 欲求やストレスに適切に対処する方法を理解している。 親しい人とコミュニケーションする。 物事を前向きに考える。 趣味やスポーツなどで気分転換する。 リラックスする。
ひろげる 一斉	6. TV授業を活用し、アドバイスを聞く。	10	ワークシート	・ 質問や感想を発表させるようにし、本時の学習が深まるようにする。 ・ アドバイスが今後の生活に生かすことができるように、日常の生活を振り返らせる。