

保健体育科学習指導案

指導者 植田 一矢

- 1 日 時 令和 6 年 5 月 1 日 (水) 第 5 校時 (15:05～15:55)
- 2 学年・組 中学校第 3 学年 1 組 計 40 (男子 15 名, 女子 25 名)
- 3 場 所 3－1 教室
- 4 教材名 健康な生活と疾病の予防 感染症の予防
- 5 教材について

本教材は、『中学校学習指導要領』(平成 29 年告示)には、「感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。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。」とある。また、エイズ及び性感染症の予防については、エイズ及び性感染症の増加傾向と青少年の感染が社会問題になっていることから、疾病概念や感染経路を理解し、予防方法を身に付ける必要性について明記もある。保健分野では、生徒が保健の見方・考え方を働かせて題を発見し、その解法を図る主体的・協働的な学習過程を通して心と体を一体として捉え、生涯を通じて心身の健康を保持増進するための資質・能力を育成することを目指している。そのため、基礎的・基本的な知識の習得だけでなく、現在及び将来の生活で課題に直面した場合に、適切な判断のもとに行動できる力を身に付けさせたい。

本学級の生徒は、他教科のグループ学習の様子では自分の意見や考えを積極的に伝えようとする生徒が多く見られる。その一方で、他者との関わりが苦手な生徒や学習に対して消極的な生徒もあり、そのような生徒たちに積極的に関わろうとする生徒は多くない。そのため、グループ全員で課題に取り組めていないこともある。保健体育の授業の中では、どのような生徒でも安心感をもって発言できる雰囲気を作り、苦手な生徒や消極的な生徒に関わって支援できる集団を育てていきたい。

指導にあたっては、個人学習だけではなく、ジグソー法によるグループ学習を取り入れる。それによって一人一人に役割を持たせて、グループで交流する際にどの生徒も自分が担当した資料について説明できる機会を設けることで、どの生徒もグループのために取り組めるようにしたい。感染症のことにについて中学生ではまだ学習していないため、導入において感染症とはどんな病気か簡単に説明を行い、知っている感染症をあげさせることによって意識させる。ジグソー法や自己の生活習慣の振り返りによって、自分自身がインプットした情報をまとめたり、その事象の理由を提示したりして、具体的に説明できるようにする。また、本時の授業の中で自分自身の生活習慣を分析し、どのように改善すれば感染症を予防することができるかを考えさせ、実践に繋げていきたい。

6 教材の目標

- (1) 感染症及び性感染症の疾病概念や感染経路、感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があることについて理解できる。
- (2) 感染症の予防について課題を発見し、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考え、それらを伝え合うことができる。
- (3) 感染症の予防について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとする。

7 指導計画（全8時間）

時	学習内容
1	感染症の予防（本時1／8）
2	感染症と病原体
3	感染症と体の抵抗力
4	性感染症とその予防
5	エイズとその予防
6	保健機関とその利用
7	医療機関とその利用
8	医薬品の正しい使い方

8 本時の目標

感染症のことについて理解し、感染しないために自分自身の生活習慣を見直すことができる。

9 学習の展開

学習活動と内容	指導上の留意点（◆評価）
1. 導入（7分） ☐知っている感染症はどんなものがあるか考える。	○感染症がどのようなものかの説明をし、知っている感染症を書き出させる。
【課題】感染症について理解し、自分の生活を見直してみよう。	
2. 展開（35分） ☐感染症のことについての資料A～Cを読み込む担当を決めて、ワークシートに情報をまとめる。 ☐グループに戻って自分がまとめた情報とほかのメンバーがまとめた情報を共有する。 ☐全体でどんな項目を読み取ったか交流する。 ☐グループでA～Cの読み取った情報を再確認する。	○グループに戻った時に、ほかの人が理解しやすいよう要点をまとめて整理するようにことばがけをする。 ○A～Cの情報を共有し、ワークシートに記入させた後、情報をグループで整理して確認させる。
3. まとめ（8分） ☐自分の生活習慣を思い出して、感染症にかかる要素とその理由を書く。 ☐次時の学習内容を確認する。	○学習した内容を踏まえて、自分の生活習慣を振り返らせる。 ◆自分の生活習慣を振り返り、感染症にかかる要素についてあげ、その理由を説明できている。 【思考・判断・表現】 ○今後、感染症にかからないように自分の生活習慣をどのように改善させるかを学習していくことを伝える。

10 授業の分析

本学級の生徒は、課題に対しての取り組み意欲は高い。しかし、苦手意識をもつ生徒へ同じグループの生徒が積極的に関わろうとしたり、苦手意識をもつ生徒が周囲に助けを求めたりすることが少なく、苦手意識をもった生徒がそのまま授業が終わってしまう様子が見られていた。そのため本授業では、単元を通しての知識の習得を目的とするのみならず、授業中でのグループ活動や生徒同士の関わり合いを構築していくためにジグソー法を用いて「感染症の予防」について学習を行った。ジグソー法を用いて、自分自身が情報を正しく読み取らないとグループの仲間に共有できない状況を作ることとで、多くの生徒が意欲的に取り組む様子が多く見られた。中には読み取りが苦手な生徒もいたが、役割分担の際に担当を2人にして苦手をフォローしているグループも見られた。それぞれが読み取った情報をグループで共有する際には、言葉での説明や資料から読み取った図で仲間に伝えるなどしている姿が見られた。説明が上手くいかない生徒がいると「ゆっくりでいいよ」「書いたことを見せて」というように、説明をする生徒が安心して取り組めるように声掛けをする姿もあった。

その一方で、苦手な生徒ができる生徒に説明を任せてしまい、考えること放棄してしまっているような姿も見られ、本当に感染症について理解ができているかどうか見取りにくい姿があった。

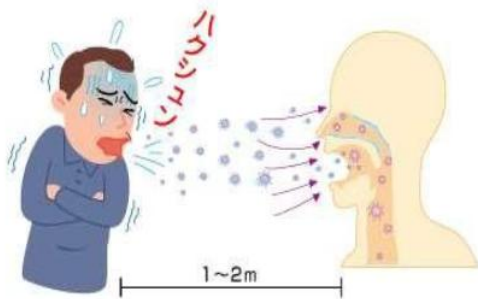
11 成果と課題

成果としては、ジグソー法を用いることで、授業に意欲的に参加できている生徒は多くみられ、いつも以上にグループ中でのコミュニケーションの機会が増えた。苦手意識をもった生徒の状況を見て、関わろうとしている生徒が増えた一方で、支援する方法として、「代わりに」情報をまとめる、「代わりに」説明するなどというように「代わりに」活動してしまい、最終的に苦手意識をもった生徒の中には感染症の予防で何が大切なのかがよくわかっていない生徒もいた。

今後の課題としては、授業中では苦手意識をもった生徒、困っている生徒が課題に対してどこまで理解ができ、何に困っているか、またどのような支援が必要なのかを学習の状況から把握し、肯定的な動機付けや賞賛、知識・技能の向上に寄与する技能的・矯正的なフィードバックを行い、授業実践力を高めていきたい。

○感染経路を理解しよう! (B)

感染症を引き起こすためには、ウイルスや細菌を体内に取り入れる必要があります。病原体に出会い、効率よく体内に取り入れるためには感染経路について理解をしておくことが重要です。



①飛沫（ひまつ）感染

病原体がせきやくしゃみなどによって、細かい唾液につつまれて空気中に飛び出し、約1~2mの範囲で人に感染させる経路。

→風しん、インフルエンザ、おたふくかぜ

②空気感染

飛沫の水分が蒸発して乾燥し、さらに小さな粒子となって 空気中を漂い、それらを離れた場所にいる人が吸い込むことによって感染する経路。

→はしか、水ぼうそう、結核



③媒介物（ばいかいぶつ）感染

病原体に汚染された食べ物を、生または十分に加熱しないで食べたり、感染した人によって汚染された食品や水を 食べたり飲んだりした場合に感染する。

→感染性胃腸炎（ロタ・ノロウイルス）

④接触感染

皮膚や粘膜の直接的な接触、手すりやタオルなどを介しての間接的な接触によって病原体が感染する経路。

→咽頭結膜熱（プール熱）、インフルエンザ

※他に、病原体をもった蚊やダニに刺されたり、接触したりすることによって感染するものもある。

◎他の人に説明（1分程度）できるように上記の内容をまとめるとともに、自分の意見を考えておきましょう。



○免疫力を下げよう! (C)

人間には免疫力(病気を免れる力)が備わっています。病原菌が体内に侵入すると、免疫システムが働いて体を守ってくれます。つまり、免疫力が落ちると病気にかかりやすくなるということが言えます。感染症を引き起こすためには、感受性者(私たち)の免疫力を下げることが重要です。

○免疫力が下がる要因



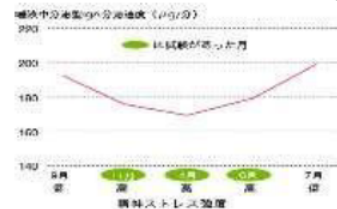
①激しい運動

- ・適度な運動は 免疫力をアップさせますが、激しい運動はかえって免疫力を低下させます。
- ・マラソンなどの強度の強い運動をした人は、しなかった人に比べて運動後に上気道感染症(風邪)にかかる率が2~6倍増加したという報告もあります。



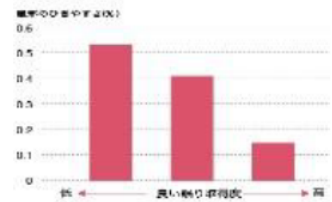
②ストレス

- ・強いストレスを受けると自律神経のバランスが乱れ、免疫力が弱まります。
- ・大学生の免疫力を1年間測定した結果、高いストレスを受ける試験期間に免疫力が低下するという研究結果もあります。



③睡眠不足

- ・睡眠が6時間以下で時間が短いほど免疫力が低下していました。
- ・7時間未満の睡眠 時間の人は、8 時間以上の人に比べて約3倍風邪にかかりやすくなります。



④加齢

- ・加齢とともに正常に働く免疫細胞が減ります。
- ・新たに生まれる免疫細胞の機能も若いころより低いいため、年を重ねるにつれて免疫力が落ちます。



⑤体温の低下

- ・免疫細胞は血液中にあり、体温が下がり血行が悪くなると体内に異物を発見しても素早く攻撃できません。
- ・免疫力が正常に保たれる体温は36.5℃程度といわれています。免疫力は、体温が1℃下がると30%低下するといわれています。

◎他の人に説明(1分程度)できるように上記の内容をまとめるとともに、自分の意見を考えておきましょう。

