

小学校 校内授業研究

# 保健指導

学 年：5年

日 時：平成27年10月13日（火）

単元名：腰骨ピン！正しい姿勢で元気な心と体

授業者：奈良原 珠美

指導者：広島大学大学院医歯薬保健学研究院 川崎 裕美 先生

## 指導計画（全1時間）

1時間扱い…本時

## 本時の目標

○姿勢が心や体に与える影響に気づき、理想の姿勢に近づくための方法を学習することで、自らの生活習慣を見直し改善しようとする。

