

(学年) 1 学年, (教科・科目) 保健体育科・保健体育

一斉学習

(単元) 生活習慣病と健康

(本時のねらい)

がん, 循環器疾患, 糖尿病, COPD (慢性閉塞性肺疾患) などの生活習慣病が, どのような生活習慣に起因するものかを学び, そして, 適切な運動, 食事, 休養及び睡眠の調和のとれた生活を実践することによって予防できるということを理解させる。そして, 現在の自分自身の生活習慣を振り返らせ, 自分の習慣に気づき, 今後の生活に生かせるようにする。

(ICT 活用方法)

生活習慣病を説明するために, 映像を用いてそれぞれの 1 人 1 台端末で再生する。従来は前のプロジェクターで再生していたが, それぞれの理解度に合わせて, 再度見直しや一時停止ができ, より理解が深まるのではないかと考える。また, 意見もそれぞれの 1 人 1 台端末に書かせることで, 発表が苦手な生徒も自分の意見を表出することができる。

(本時の展開)

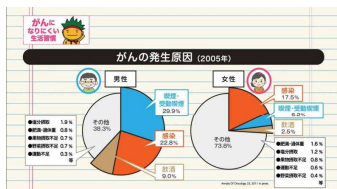
時間	学習活動	指導事項	I C T活用方法
導入 10分	<ul style="list-style-type: none"> 日本人の何人に1人ががん罹患するかクイズ形式の動画を視聴しながら答える。 	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病に罹患する人が, 年々増加傾向にあること。中でも, がんは日本人の死亡原因の第一位であることを簡単に押さえる。 	<ul style="list-style-type: none"> 公益財団法人日本対がん協会の「2人に1人ががんになる」を各自の1人1台端末で視聴しながら回答する。リンクはこちらであらかじめ画面に貼り付けておく。
展開 30分	<ul style="list-style-type: none"> がんの疾病概念を理解する (15分) <ol style="list-style-type: none"> がんの発生 がんの進行 がんの原因 	<ul style="list-style-type: none"> 健康な人でも「がん細胞」が毎日多数発生しているが, 免疫機能が「がん細胞」を死滅させていること, 免疫力が低下すると, がん細胞の増殖を進行させることを理解させる。また, 全てのがんが生活習慣に起因しているものではないことも理解させる。 	<ul style="list-style-type: none"> 公益財団法人日本対がん協会の「がんってなに?」をそれぞれの1人1台端末で視聴後, 要点を電子黒板に掲示する。

	<ul style="list-style-type: none"> ・（１）がんを防ぐ５つの健康習慣を理解する ・（２）がん検診の重要性を理解する。（１５分） 	<ul style="list-style-type: none"> ・がんを防ぐ５つの健康習慣を提示（禁煙・禁酒・食生活・運動・適正体重）し、理解を深めさせるとともに、氾濫する情報の中には、デマも多数含まれることを理解させる。 ・生活習慣に気をつけていても、がんになる可能性があることから、がん検診の大切さを理解させる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・香川県の「がんになりにくい生活習慣編」をそれぞれの１人１台端末で視聴し、要点を電子黒板に掲示する。
まとめ １０分	<ul style="list-style-type: none"> ・自らの生活を顧みて、がんにならないために自分の生活習慣をどのように改めたらよいか、１人１台端末にまとめる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・規則正しい生活習慣の継続が、がん予防に繋がることを押さえさせた上で、まとめを行わせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートを利用し、自らの生活の改善点などをまとめて、完成後に教員に送信する。

(授業の様子)



授業風景



板書とICT

使用したワークシート

(生徒の反応と課題、改善を要する点)

- ・教員の板書の時間、生徒の板書を写す時間を節約することができ、その分の時間を思考する時間や、話し合いの時間、意見発表の時間に当てられる。
- ・画像や映像を見せながら説明を行えるため、より深く理解できる。
- ・映像は個人で何度も見返すことが可能であり、初見で分からなくても何度も復習できる。
- ・みんなの前で発言するのは苦手でも、１人１台端末に入力した意見を共有するという方法なら、発表するハードルが下がって意見を言いやすい。
- ・即興で問題を出题しても、その場で生徒の解答を確認できるため、紙媒体を集めたりする必要がない。
- ・１人１台端末の操作に個人差があるため、定期的な机間巡視は必要。
- ・授業前に実際に動くかどうかチェックは必要。