

生活習慣と健康

教科書出版社名 (東京書籍)

○ 中学校 (1) 年 教科等 (保健体育)

○ 「自ら学ぶ子どもの育成」に向けて、この単元で付けたい力

(教科等で付けたい力)

- ・健康の保持増進には、年齢、生活環境等に応じた運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活を続ける必要があることについて理解できるようにする。
- ・健康な生活と疾病の予防に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすることなどに関連付けて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにする。
- ・健康な生活と疾病の予防について、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ことができるようにする。

(学校図書館等の活用で付けたい力)

- ・担当するテーマに関する情報を収集するために事典や図鑑を活用する。
- ・複数ある資料の中から、もっとも学習に活用しやすいものを探し、それぞれの良い部分を比べる。
- ・見つけた情報の中からワークシートに整理するためには、どの部分を抜き出せばよいのか読み取る。

○ この単元における学校図書館を活用した情報活用能力の育成に向けて

- 情報収集
 - ・書籍、雑誌などの資料から必要な情報を集める。
 - ・信頼性の高い複数の情報を比較しながら収集し、必要な情報を取捨選択する。
- 整理・分析
 - ・収集した情報の中から課題解決につながる情報を読み解き、自分の考えや表現に役立たせる。
- まとめ・表現・発信
 - ・構成を考えて、決められた時間内で相手や目的に応じて文章の内容や表現を変える。

○ 学習の展開 (全5時間) 学校図書館を活用した時間は☆印

第1次	・「健康の成り立ちと疾病の発生要因」について理解する。
第2次☆	・「運動と健康」「食生活と健康」「休養・睡眠と健康」書籍を活用して情報を収集し、情報をまとめる。
第3次	・小グループでの対話をするためにワールドカフェ方式でクラス内交流する。

☆学校図書館等活用（本時）の学習

本時のねらい
・班ごとに必要な情報や資料を探し、健康の保持増進への理解を深める。

学習展開

時間 (分)	主な学習活動	指導上の留意点
10 導入	1. 各班が担当するカテゴリと個人で調べる具体的なテーマを決定する。 【カテゴリ】 ・運動と健康 ・食生活と健康 ・休養・睡眠と健康	・いずれのカテゴリもやりがいのある重要なものであることを押さえておくことで、子どもの関心を引き出すようにする。
30 展開	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">心身の健康のために必要なことを調べよう</div> 2. 班ごとに担当するカテゴリについて、必要な資料を探す。 3. 探した資料や情報をワークシートに整理する。	<div style="border: 1px dashed black; padding: 10px;"><ul style="list-style-type: none">・自分たちが探す内容のキーワードを常に思い浮かべ、背表紙の題名や目次の記載とキーワードとを照らし合わせながら資料を探す。・複数ある書籍を比べながら、よりよい資料となるものを探す。・見つけた資料の中からどの部分を抜き出せばよいのか、じっくりと読みながら考える。・言葉の意味を確認しながら、ワークシートに必要な記載を写す。</div> <p>この時点で、最終的に使用する内容を決めるのではなく、まずは使えそうな資料をできるだけ多く集めておくように指導する。</p>
10 まとめ	4. 班員のまとめたワークシートの内容を交流し、本時の学習を振り返る。	・班のメンバーの進捗状況の確認や内容の被りがないか等を確認し、次時の活動につなげる。

図書館活用
ポイント

