

中学校第2学年 保健体育科 学習指導案

1 単元(題材)名 健康な生活と疾病の予防
がんの予防(生活習慣病などの予防)

■外部講師を活用した授業

T1: 教科担任

T2: がん専門医等の外部講師

2 本時のねらい

がんの要因が生活習慣と関わりがあることを理解するとともに、がんの予防には適切な生活習慣を身に付けることが有効であることを理解することができる。(知識)

3 本時の展開

	生徒の学習活動	指導・援助・評価
つかむ	<p>1 『がん』とはどのような病気なのだろう。(5分) T1</p> <p>○がんという病気について交流する。【グループ交流】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・がんにかかると死んでしまう。 ・がんにかかると髪の毛が抜けてしまう。 ・いろいろながんがある。 ・自分もかかるかもしれない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・がんについて知っていることを事前にアンケートで把握しておき、意図的に指名する。 ・原因別死亡割合の円グラフ等を示し、がんが身近な病気であることを理解できるようにする。
	<p>2 課題提示</p> <p>『がん』について知り、がんにかからないようにするために、自分たちにできることを考えよう。</p>	
ふかめる	<p>3 『がん』のしくみについて知ろう。(5分) T1 解説 T2</p> <p>○がんのしくみ</p> <ol style="list-style-type: none"> ①人間の体の細胞は、毎日分裂を繰り返して新しくなっている。この細胞分裂のときに変異が起きる。変異した細胞は、普通は正常に修復されたり排除されたりして保たれるしくみがある。 ②修復や削除のしくみが働かないときに、異常な細胞ができる。それが増えて固まりになる。その中でも悪性のものを『がん』という。 ③『がん』は周りに広がりやすく、血管などに入り込んで全身に広がる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・がんのしくみで押さえる点 ☞人間の体は毎日細胞分裂している。 ☞細胞分裂の際に変異が起きる。 ☞修復や削除が正常に行われないことがある。(体調不良、精神的不安定など) ☞変異によってできた細胞が増えて固まり、悪性のものが『がん』である。 ☞がんは血液から全身に広がる。
	<p>4 『がん』の要因はなんだろう。(10分) T1</p> <p>○がんの原因について交流する。【グループ交流】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たばこ ・お酒 ・薬物 ・肥満 ・運動不足 ・塩分などの取り過ぎ ・不規則な生活習慣 	<ul style="list-style-type: none"> ・がんの要因で押さえる点 ☞様々な原因が考えられる。不明もある。 ☞私たちに関係深いのは生活習慣。 ☞他には、細菌・ウイルス、遺伝もある。 ☞長生きも原因の一つである。 ☞「がん」は、誰でもなり得る病気である。
	<p>5 まとめ (15分) T1 →机間巡視T1、T2</p> <p>『がん』にならないために私たちにできることは、何だろう。【グループ交流】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・たばこを吸わない。 ・お酒を飲まない。 ・規則正しい生活をする。 ・適度に運動をする。 <p>☆症状がなくても検診を受けることが大切。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・私たちにできることで押さえる点 ☞規則正しい生活をしたからといって、絶対にかからないという保障はない。 ☞未成年の喫煙・飲酒等は絶対のために。 ☞適度な運動を行う必要がある。 ☞定期的に検診を受けることが大切。 ☞早期発見は約95%の人が治る。
	<p>6 『がん』について専門的な立場から話を聞く。T2</p> <p>【がんの原因について】 (10分)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・喫煙など生活習慣が大きな原因なんだな。 <p>【がんの予防について】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食生活を見直したり、適度に運動したりすることが今できるがん予防なんだな。 ・将来、定期的に健康診断を受けることも大切なんだな。 <p>【がんの治療法と必要な支援】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2人に1人がかかる病気だからこそ、その治療法や問題点、必要な支援等を理解し、どう付き合っていくかが大切なんだな。 	<ul style="list-style-type: none"> ・外部講師に、3つの視点から専門的な知識を話していただく。 ・「生活習慣」や「定期的な健康診断」、「予防の具体」、「支え合い」といった言葉をキーワードとして明示する。
まとめる	<p>7 学習の振り返りをする。(5分) T1</p> <p>○自分の今の生活習慣を振り返り、自分たちにできることや、今後に活かしたいことを具体的に書く。</p>	<p>評価規準【知識】</p> <p>がんの要因には、不適切な生活習慣をはじめ、様々なものがあることを理解するとともに、がんの予防には適切な生活習慣を身に付けることが有効であることを理解している。</p>