

家族のためにできること —健康寿命と家庭生活—

教科等横断的単元

6年家庭科・福祉教育・体育科保健 2月〈7時間〉
附属新潟小学校 教諭 尾形 美穂

1 本単元で目指す姿

生活の仕方と健康を維持することをつなげて、改善策を考え、実践しようとする子ども
具体的には、健康寿命に配慮し、持続可能な社会を構築することに着目し、生活の仕方を考えるという「見方・考え方」を働かせ、知識・技能や生活の問題点について多角的にとらえ、改善策を構想する力等の資質・能力を発揮しながら、改善策を考え、実践しようとする姿。

2 本単元で育成する資質・能力（評価基準）

	①知識・技能	②思考力・判断力・表現力	③態度
家庭科	<ul style="list-style-type: none"> ○ 食事の役割についての基礎的な知識 ○ 生活時間の有効な使い方に関する知識 ○ 家族の触れ合いや団らんの大切さに関する知識 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 生活の問題点について多角的にとらえ、改善策を構想する力 ○ 実習や実験・観察の結果等について考察したことを表現する力 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 家庭生活をよりよくしようと工夫する実践的な態度
福祉教育	<ul style="list-style-type: none"> ○ 異年齢など違う立場の人に対する知識・理解 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 異年齢など自分と違う人の立場に立って考える力 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 異年齢など違う立場の人と認め合い、協力して生活しようとする態度
体育科保健	<ul style="list-style-type: none"> ○ 病気の予防に関する知識 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康に関する課題を見付け、解決に向けて思考し判断する力 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 健康・安全の大切さに気付き、健康の保持増進や回復に取り組もうとする態度

3 関連する学習

[第6学年] 福祉教育
—歳をとるってどういうこと—

[第5・6学年] 体育科保健
—生活習慣病の予防—

[第6学年] 家庭科
—共に生きる生活—

4 単元の計画

次	【学習活動】☆資質・能力	【働き掛け】	時
一次 福祉教育	<ul style="list-style-type: none"> ○ 歳をとること（高齢者になる）のイメージについて話し合う。 <ul style="list-style-type: none"> ・お年寄り、目が不自由だったり、足腰が弱くなったりして、大変だよ。 ・元気に働けなくなる。 ・病気になるやすくなる。 ・人生経験や知識が増える。 ・優しくなる。 ○ 平均寿命が延びた要因を話し合う。 <p>○ 自分たちのイメージしていたお年寄りとは違う。お年寄りが健康で元気に働けるということは、素晴らしいことだ。元気であるためには食事などの生活の仕方にヒントがありそうだね。</p> <p>☆体育科保健①、福祉教育①</p>	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 自分たちの祖父母についてどういう存在なのかなどを問う。 ◆ 歳をとること（高齢者になる）に対するイメージを話し合う場を設定する。 ※ 子どもが話し合ったことを共有できるようにイメージマップの拡大を板書し可視化する。 ◆ 自分の祖父母が子どものころの平均寿命や現在の平均寿命や平均寿命の推移が分かる資料などを提示する。 ◆ 平均寿命が延びた要因を問う。 ※ その他、お年寄りが元気に活動している様子や働いている様子が分かる画像を提示する。 	1時間

<p>二次 体育科保健</p>	<p>○ 生活習慣病について知る。 ○ 生活の改善策を考える。 ○ 学習で分かったことや学んだことを学習プリントに書く。 ☆体育科保健①②③</p> <p>○ 塩分・糖分・脂肪分の多い食事は、健康によくない。これからは気を付けよう。</p>	<p>◆ 自分の食生活について問う。 ◆ 生活習慣病について説明する。 ※ スライドショーで概要を説明する。 ※ 生活習慣病の予防が健康寿命を延ばすことになることを押さえる。 ◆ 絵を提示し、問題点と解決策を問う。 ◆ 学習で分かったことを問う。 ※ 学習プリントを用意し、書かせる。</p>	<p>1.5時間</p>
<p>三次 家庭科</p>	<p>○ 自分たちの食事を健康によい食事になるように改善する。 ・何で☆2つだったのか考えよう。 ・ご飯とみそ汁と(主菜A)と(副菜)で五大栄養素は、全て入っているよ。 ・(主菜A)を(主菜B)に変えてみよう。 ☆家庭科・体育科保健①②, 協働性, ツール活用能力</p> <p>○ どういう食事が健康に配慮した食事なのかが分かった。 ☆家庭科・体育科保健①</p>	<p>◆ 自分たちの食事と健康に配慮した食事との違いを問う。 【働き掛け1-①】 ※ ペアで相談してどちらの食事が良いと思うかを決めさせ、☆いくつの判定になるか予想させておく。 ※ 決めた食事の栄養バランスを測るためにSATシステムを使う。 ◆ 検証・評価から、自分たち食事を改善する場を設定する。 【働き掛け1-②】 ※ 班で考えた食事をお紹介し合う。 ※ 理想の食事を紹介する。</p>	<p>1.5時間</p>
	<p>○ 高齢化社会の問題について話し合い、予想する。 ・介護するお年寄りが増えると介護施設、介護する人も人手不足になるね。 ・お医者さんも人手不足になる。 ・でもさ、元気に働くお年寄りもいたよね。 ・健康で長生きすることが大切だね。</p> <p>【学習課題】 健康寿命を延ばすために、自分たちにはどんなことができるだろうか。</p> <p>○ キーワード等を頼りに家庭科で学習したことを想起して、自分たちにできそうなことを考える。 ☆家庭科・福祉教育①②, 協働性</p> <p>○ 家族で過ごす時間を工夫することが健康寿命を延ばすことにもつながる。</p>	<p>◆ 健康と高齢化社会の問題点とがつながる資料を提示し、考えなければいけないことを問う。 【働き掛け2-①】 ※ 高齢化社会でどんな問題が出てくるのか話し合う場を設定し、子どもの発言を基に資料を提示していく。</p> <p>◆ 学習したことのキーワード等提示し、自分たちに、できそうなことの具体を問う。 【働き掛け2-②】 ※ 班の誰かの家族(祖父母)のための改善策を考える。 ※ タブレット端末で調べることや教科書を見てもよいこととする。</p>	<p>1時間</p>
	<p>○ 互いの改善策を紹介し合い、評価し合う。 ・一緒にお菓子づくりをするのいいね。 ・つくるものが健康寿命を考えた料理にするととってもいいよね。</p>	<p>◆ 改善策を互いに紹介する場を設定し、改善策の評価を問う。 【働き掛け3】 ※ 具体案が適切であったか検証・評価できるワークシートを用意する。 ※ できた解決策を賞賛し、価値付ける。</p>	<p>1時間</p>
	<p>○ 健康寿命を延ばすための生活をそれぞれ自分の祖父母や家庭に合わせてプレゼンできるようにまとめる。 ○ 提案することを互いに交流する。 ☆家庭科・福祉教育①②③, ツール活用能力</p> <p>○ 家庭生活を工夫することで自分の祖父母や家族がいつまでも元気であることができる。こういうことが、これからの高齢化社会を変えていくことにつながるんだ。</p>	<p>◆ 学習したことを基に自分の祖父母や家族に健康寿命に配慮した生活を提案するという課題を設定する。 【働き掛け4】 ◆ タブレット端末を使ってまとめたことをワールドカフェ形式で交流させる。 ◆ 学習して分かったこと・思ったことを問い、振り返りをさせる。 ※ ワークシートを用意する。</p>	<p>1時間</p>