

第1章 心の健康 第5学年 ●————● 教科書 p. 5～18 ◆配当授業時数：4 時間

単元の目標

- 心の発達及び不安や悩みへの対処について理解するとともに、簡単な対処をすること。
 - ・心は、いろいろな生活経験を通して、年齢に伴って発達すること。
 - ・心と体には、密接な関係があること。
 - ・不安や悩みへの対処には、大人や友達に相談する、仲間と遊ぶ、運動をするなどいろいろな方法があること。
- 心の健康について、課題を見つけ、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
心の発達、心と体との密接な関係、不安や悩みへの対処のしかたについて理解している。また、不安や悩みを緩和する対処の基本的な方法を身に付けている。	心の発達、心と体との密接な関係、不安や悩みへの対処のしかたに関する課題を見つけ、その解決のための方法や活動を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	心の発達、心と体との密接な関係、不安や悩みへの対処に関する学習において、粘り強く進んで取り組むとともに、自ら目標を立てるなどして調整しながら進めている。

学習活動と評価の計画

知：知識・技能 思：思考・判断・表現 主：主体的に学習に取り組む態度
 ◎：該当する観点 ○：関連する観点

時間 (教科書頁)	学習活動・内容	評価規準と評価方法	評価の観点		
			知	思	主
第1時 (p. 6～7)	1 心の発達 1. 心がどのように発達してきたかを考える。 →p. 8「もっと」 2. 心をどんなことを通して発達するかについて考える。 →p. 9「もっと」 3. これまでで心の発達に役立ったことと、これから自分がしてみたいことを考える。	・感情、社会性、思考力の具体的な発達について考え、心が年齢とともに変化していることを押さえている。 【発言】 ・感情、社会性、思考力の面から考え、心はさまざまな体験を通して発達することを理解している。 【発言、記録】 ・毎日の生活と関連させて、具体的なことを挙げている。 【記録】	○	◎	○
第2時 (p. 10～11)	2 心と体のつながり 1. 心と体がつながっていることについての体験を思い起こす。	・これまでの経験を振り返っている。 【記録】		◎	○

*主体的に学習に取り組む態度の評価については、内容や時間のまとまりごとなど、評価が適切に行える段階で実施することが望ましい。

時間 (教科書頁)	学習活動・内容	評価規準と評価方法	評価の観点		
			知	思	主
	<p>2. 心と体はつながっていることを知る。</p> <p>3. やる気を出したり，物事に集中したりしたいときに，どのような工夫ができるかを考える。</p>	<p>・心と体が互いに影響し合っているのは，脳と諸器官がつながっていることによるものであることを理解している。 【記録】</p> <p>・心と体が互いに影響し合っていることを踏まえて考えている。 【発言，記録】</p>	◎	○	
	<p>○</p>	◎	○		
第3時 (p. 12～14)	<p>3 不安やなやみへの対処</p> <p>1. これまでの不安や悩みの経験を振り返る。</p> <p>2. 小学生の悩みの傾向を知る。</p> <p>3. 不安や悩みと，心の発達の関係について考える。</p> <p>4. 教科書の図を参考にして，不安や悩みを抱えたときの対処のしかたについて考える。</p> <p>5. 不安や悩みへの対処の例として，体ほぐしの運動や呼吸法などの実習を行う。</p> <p>6. 不安や悩みへの対処のしかたを踏まえて，悩んでいる友達にしてあげられることについて考える。</p>	<p>・積極的に考えている。 【記録】</p> <p>・不安や悩みは誰もが経験することに気付いている。 【行動観察】</p> <p>・不安や悩みへの対処を通して，心が発達していくことを理解している。 【記録，行動観察】</p> <p>・周りの人に相談する，仲間と遊ぶ，休養をとるなど，自分に合った対処方法を発表している。 【発言】</p> <p>・手順を追って行い，技能を身に付けている。 【行動観察】</p> <p>・学習したことを踏まえて，具体的な行動について考えている。 【発言，記録】</p>	◎	○	◎
			○	◎	○
			◎		
			○	◎	
			◎		○
			○	◎	○
第4時 (p. 15～17)	<p>●思春期はだれもがなやむもの他</p> <p>1. 不安や悩みへの対処について学習を深める。</p> <p>2. いじめなど，深刻な悩みのための相談窓口があることを知り，身近な相談窓口を調べて書き留めておく。</p> <p>3. 友達やクラスの仲間がいじわるやいやがらせをされているときにしてあげられることについて考える。</p>	<p>・身近な問題として捉えている。 【行動観察】</p> <p>・積極的に調べている。 【記録】</p> <p>・学習したことを踏まえて，具体的な行動について考えている。 【発言，記録】</p>		○	◎
			○		◎
			○	◎	○

※「心の健康」を3時間で扱う場合は，上の表の第3時と第4時を合わせて1時間で扱う。