

エ「体ほぐしの運動」と「保健の学習」の融合した実践例

(ア) 単元名 からだと心

(イ) 単元の目標

心とからだは密接につながっていることを理解し、不安や悩みなどを自分で対処することができる。

- ・ からだや心の変化、人との関わりについて調べたり、実践したりすることができる。
- ・ 知能や感情の発達について、生活経験や学習を通して、年齢とともに発達してきたことを自分の成長と結びつけることができる。
- ・ 心はいろいろな生活経験を通して、年齢とともに発達することを理解することができる。

(ウ) 単元計画

1	2	3	4
<p>1 1年生の頃と比べて、できるようになったこと、自分自身が変わったと思うことを探してみる。</p> <p>2 どんなときに、どんな感情があらわれるか。 心はどのように変わってきたのだろう</p> <p>3 本能と理性について知る。</p> <p>4 心の発達と人々との関わりについて考え豊かな人間関係を築いて生活することの大切さを友達同士で確認し合う。</p>	<p>1 ドキドキするときや、どんなときか、生活を思い返してみる。 心と体は、どんなふうにつながっているのだろう。</p> <p>2 いらいらしたり、やる気が起こらないときは、どんなときか考える。</p> <p>3 体調が悪いときの心のようにすと良いときのようすを比較する。</p> <p>4 心の状態が、体に影響して変化を起こすことがあることを知る。</p>	<p>1 知能と感情の発達について学習する。 心も発達していくのだろうか。</p> <p>2 心の発達と大脳の関係について知る。</p> <p>3 本能と理性について知る。</p> <p>4 自分の感情の抑制と他人の気持ちの理解について知る。</p> <p>5 動物と人間を比べ人間としての心の存在について考え、やさしさと思いやりの心、不安や悩みなどに気付く。</p>	<p>1 思春期のころの不安や悩みは、いろいろあることを知る。 不安や悩みがあったらどうしたらよいか。</p> <p>2 自分たちの経験を出し合って、不安や悩みへの対処の仕方を考える。</p> <p>3 不安や対処の仕方をまとめる。</p> <p>4 対処の方法を経験してみる。</p> <p>5 単元の学習を振り返る。</p>

(エ) 1 単位時間の流れ

《ねらい》不安や悩みの対処にはいろいろな方法があることを知る。

- ・ 自分のからだや心の変化に関心を持ち、進んで調べたり実践したりしようとする。
- ・ 自分のからだに起こる変化に気付き、不安や悩みについての対処方法を考えることができる。
- ・ 不安や悩みの対処には、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を理解する。