## 保健体育科「保健」学習指導案

令和5年 10月23日(月) 北中城高校 1年2組40名 教諭 池宮城 志織

1 単元名 第1学年(1)現代社会と健康 (オ)精神疾患の予防と回復

## 2 単元の目標

- (1) 精神疾患の特徴・対処及び学ぶ意義について理解することができるようにする。
- (2) 精神疾患の予防と回復について、課題を発見し、健康や安全に関する原則や概念に着目して、解決の方法を思考し判断するとともに、それらを説明することができるようにする。
- (3)精神疾患の予防と回復について、自他や社会の健康の保持増進や回復、それを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組むことができるようにする。

#### 3 単元について

- (1)教材観:小・中学校においては「心の健康」を学習している。高等学校においては、 我が国の疾病構造や社会の変化に対応して、健康を保持増進するためには、自らの健康 を適切に管理することや環境を改善することが必要であることが理解できるようにす る必要がある。また、社会の様々な環境課題の理解とその解決に向け、思考・判断・表 現できるようにする必要がある。本教材は、精神疾患の特徴や対処・回復を支える環境 づくりなどについて学ぶことで、自他の健康やそれを支える環境づくりについて思考・ 判断・表現していくことができる教材である。
- (2)生徒観:本クラスは、普通科で40名である。元気で自分の意見を主張できる生徒も多いが、特定の人としか関わりを持たない傾向が見受けられる。グループでの学習活動などを通して、相手が伝えたいことを理解しようとする姿勢や対話的で深い学びの実現につながってほしい。
- (3) 指導観:指導にあたっては、生徒が興味・関心を持ち、精神疾患について自分ごととして考えることができるよう、クイズや動画視聴などを通して正しい知識を習得させたい。また、個人で考える時間を確保したうえで、グループでの共有場面を設定し、いろいろな考えがあることに気づかせたい。さらに、差別や偏見に対する認識を高めることができるよう、単元を通して教師の声かけを意識していく。

#### 4 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

①精神疾患の特徴・対処及び 学ぶ意義について、理解した ことを言ったり書いたりして いる。

②人々が精神疾患について正 めに必要な個人の取組、 しく理解するとともに、専門 家への相談や早期の治療など を受けやすい社会環境を整え ることが重要であること,偏|策を発言したり、ワーク 見や差別の対象ではないこと│シートに記述したりし について、理解したことを発│て、説明している。 言したり、ワークシートに記 述したりしている。

①精神疾患の予防と回復 について, 習得した知識 を基に、心身の健康を保 ち、不調に早く気付くた 専門家への相談や早期の 治療などを受けやすい社 会環境を整えるための対

①精神疾患の予防と回復につ いて、課題の解決に向けての 学習に主体的に取り組もうと している。

### 5 単元の指導と評価の計画(3時間)

時	主な学習活動	知	思	態	評価方法
1	1. 自分の心の状態を数値化し、自分の心の状態に関心を持				
精	つ。				
神	2. 動画を視聴し、心の健康を保つためにできることをワー	1			ワーク
疾	クシートにまとめる。				シート
患	3. 心の不調に気付いたときに、誰に相談できるのか、なぜ				
の	その人に相談できるのか、個人で考えた後にペアで共有す				
特	る。				
徴	4. 精神疾患のイメージを3つ、ワークシートに記入する。				
ک	5. 精神疾患の特徴を精神疾患クイズ(part 1)を通して理				
学	解する。				
ぶ	6. 教師の説明を聞き、精神疾患を学ぶ必要性を考え、ワー	1			ワーク
意	クシートにまとめる。				シート
義	7. 精神疾患クイズ(part 2)を通して主な精神疾患につい				
	て理解する。				
2	1. 事例を基に、「友人のこころの不調に気付いたら、自分				
予	に何ができるのか」を考え、ワークシートにまとめる。				
防	2. 早期発見、治療や回復を妨げているものは何かを考え				
ح	てワークシートにまとめ、グループで説明する。	2			ワーク
対	3. 相談や受診のタイミング、差別や偏見について、社会				シート
処	的取組についてスライドや写真、動画を見ながら学ぶ。				

•	4. 精神疾患の人も、安心して「その人らしく生きていけ	1		ワーク
回	る」社会をつくるためにどうしたらよいかを考え、グルー			シート・
復	プで発表する。			観察
3	1. 前時までの復習をスライドで行う。			
伝	2.「未来課題」に取り組む。		1	「未来
え	「未来課題」			課題」
た	あなたは公認心理師です。沖縄県の高校生に配布する精神			
۲١	疾患の予防と回復のパンフレット作成を依頼されました。			
ت	条件を踏まえて、パンフレットを作成してください。			
ح	3.「未来課題」をグループで共有し、良かった点を伝えた			
	り、質問をしたりして、それを全体でも共有(発表)する。			
	4. 「精神疾患に対する単元前後でのイメージの変化」や「今			
	後の生活に生かして(取り入れて)いきたいこと」を考えワ			
	ークシートにまとめる。			

# 6 本時の学習(1/3時間)

本時のねらい: 精神疾患の特徴と学ぶ意義を理解する。

本時の評価:知①精神疾患の特徴・対処及び学ぶ意義について理解したことを言ったり書い たりしている。

時	主な学習内容と学習活動	○教師の指導・支援
		◆評価規準と方法
はじめ	①自分の心の状態に関心を持ち、心の健康を保 えよう	やつために自分ができることを考
5分	1. 自分の心の状態に関心を持ち、不調に気付くことができるようにする。 あなたの心の状態は、10 段階中のいくつかなぜそう考えるのか・個人で考えて、ワークシート①に記入する	〇既習事項(小・中学校の心の健康) の振り返りを含め、今の自分の心の 状態に気付くことができるように する。
展開	2. 心の健康を保つためにできることを理解する。 ・こころの健康教室サニタ「精神保健 前編前半部分」 視聴 (0~2分8秒まで)	
1	あなたのストレスは何か	

ストレスにどう対処しているのか 20 ・個人で考えて、ワークシート②③に記入す ○記入が進まない生徒へは、教師が 分 具体例やヒントを挙げ、支援する。 ・こころの健康教室サニタ「精神保健 前編 ○動画にヒントがあることを伝え 後半部分」視聴。 集中して見るよう促す。 (2分8秒~終わりまで) |自分の心の健康を保つために、できることは| 何だろう ・動画を見ながら、ワークシート④に記入す ◆知①(シート) 心の不調を感じた時、あなたは誰に相談しま ○相談先を考え、共有することで、 SOS の出し方や相談しやすい人に すか、 はどんな共通点があるのかを気づ なぜその人に相談しますか ・個人で考えて、ワークシート⑤⑥に記入す かせたい。 ○相談先が空欄の生徒がいれば、な 展 る 開 ・隣の生徒と話し合う ぜ相談できないのかを考えさせる。 2 ②精神疾患の特徴及び学ぶ意義を理解しよう 20 3. 精神疾患とは何かを理解する。 ○精神疾患を患っている本人や身 近な人がいることを想定(配慮)し、 ∥精神疾患のイメージは? 分 ・個人で考えて、ワークシート⑦に3つ記入 ふざけ半分で記入しないよう促す。 する ・精神疾患クイズ PART①(3問) ○教師がクイズ形式で出題し、解答 Q誰でも罹る可能性がある しながら精神疾患の特徴について Q好発年齢 Q回復できる 説明する 4. 精神疾患を学ぶ必要性を考える 高校生の今、精神疾患を学ぶのはなぜか ○罹患数・好発年齢・早期発見・適 ・個人で考えて、ワークシート⑧に記入する 切な支援や治療の大切さや自殺と の関連をグラフやスライドで教師 5. 主な精神疾患の特徴を理解する。 が説明し、ワークシートに加筆させ ・精神疾患クイズ PART② (3 問) る。 ◆知① (シート) Q 4つの精神疾患の特徴を挙げ、疾患名を ○教師がクイズ形式で出題し、解答 問う しながら説明する

○精神疾患とは何か、主な疾患につ

Q 依存症について

		いて理解させる。
ま	6.本時の振り返り	○記入が進まない生徒へは、本時の
ک	・学習を通して印象に残ったことを 2 つ選	キーワード教師が挙げながら、本時
め	び、それを選んだ理由をワークシート⑨へ記	の学びを振り返ることができるよ
5	入する	う支援する。
分		