

第3学年 体 育（保健領域）

第3学年の学習到達目標

体の発育・発達について理解できるようにし、身近な生活において健康で安全な生活を営む能力を育てる。

第3学年の主な学習内容

学期	単元名	学習のねらい	学習内容
前期	リズムある生活をおくろう	<ul style="list-style-type: none"> ●起床・就寝の時刻，食事の時間，外遊びの時間など，1日の生活のしかたを振り返ろうとしている。 ●健康は生活のしかたと深くかかわっていることがわかる。 ●自分の1日の生活のしかたを振り返り，よい点を自覚したり，改善に向けた考えをもったりすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○1日の生活のしかたには繰り返しがあることをつかむ。 ○教科書の絵を使い，ふだんの自分の生活のしかたを思い出し，項目ごとに当てはまるものを選ぶ。 ○教科書の絵を使い，「けんこうな生活」と「リズムのくずれた生活」の観点から，自分の生活と比べる。 ○これからの1週間の自分の生活のしかたで，気をつけたい項目について，表に記入する。
	体をせいけつにしよう	<ul style="list-style-type: none"> ●自分の生活を振り返り，からだを清潔に保つ取り組みを選ぼうとしている。 ●からだを清潔に保つことが大切であることの理由を考えたり，身のまわりの清潔について，よい点や問題点に気づいたりすることができる。 ●毎日を健康に過ごすためには，からだを清潔に保つ生活習慣が大切であることがわかる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○日ごろから自分が気をつけて行っていることについて考える。 ○健康な生活を送るために，からだを清潔にしておくことの理由を考える。 ○手洗いのしかたを考え，目に見えないよごれがあることをつかむ。 ○からだや身のまわりのものを清潔に保つ必要性をつかみ，それを実践しようとするについて考える。
後期	気持ちのよい生活かんきょうをつくらう	<ul style="list-style-type: none"> ●室内の空気や明るさと健康との関連がわかる。 ●室内の空気や明るさをちょうどよい状態にしようとしている。 ●身近な教室の環境から，室内の空気や明るさについて，問題点を見つけることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康な生活を送るために，生活する部屋の空気や明るさについて考え，話し合う。 ○室内の空気が悪かったり，室内が明る過ぎたり暗過ぎたりしても，健康に害があることを理解する。 ○室内をきれいな空気やちょうどよい明るさに保つためには，どのようにすればよいか考える。
	けんこうな生活をおくろう	<ul style="list-style-type: none"> ●健康を守るために，いろいろな工夫や活動がされていることがわかる。 ●健康を守るための学校の中での活動（保健室，相談室，掲示物，授業，給食室等）から，いくつかを選んで調べ，自分なりにまとめることができる。 ●健康と自分の生活について考えを深め，これからの生活に生かそうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康を守るために，身近なところでいろいろな工夫がされていることを知る。 ○学校の中で行われている健康を守るための活動を調べてまとめ，発表する。 ○健康を守るために，まわりの人の努力や工夫について理解を深め，自分にもできそうなことを考える。

評価の観点・方法

<p>(1) 評価の観点</p> <p>それぞれ学習を進める中や学習後に評価します。</p> <p>【健康・安全への関心・意欲・態度】</p> <p>毎日の生活と健康とのかかわりについて関心を持ち、自ら健康的な生活を送るため、進んで学習に取り組もうとする。</p> <p>【健康・安全についての思考・判断】</p> <p>毎日の生活と健康とのかかわりについて、課題の解決を目指して考え、判断している。</p> <p>【健康・安全についての知識・理解】</p> <p>毎日の生活と健康とのかかわりについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身に付けている。</p>	<p>(2) 評価の方法</p> <p>食事や運動、休養、睡眠及び身の回りの清潔や生活環境などについて習得しただけでなく、自分の生活を見直したり、実践する意欲を持ったりしたかなどの観点からも評価します。</p> <p>① ペーパーテストだけでなく、発言、アンケート、記録、自己評価など様々な方法により評価します。</p> <p>② 友達や家庭、教師との関わりの中から、児童自らが自分自身の生活の見直しや実践への意欲などを自己評価したものも参考にします。</p>
---	--

特色ある学習方法

<p>(1) 食生活をはじめとする望ましい生活習慣，例えば運動，休養及び睡眠などの習慣形成に関する学習の効果を高めるため，学校給食などとの関連を図ります。</p> <p>(2) 身近な日常生活の体験や事例などをもとに，具体的に考えたり，話し合ったりし，実践的な理解を図ります。</p> <p>(3) 養護教諭などと協力しながら，専門性を生かしたより効果的な指導に向けて，幅広く協力を得ながら進めます。</p>
--

使用材教等

<ul style="list-style-type: none">○ 教科書「たのしいほけん 3・4年」(大日本図書)○ 毎日の生活と健康について考えるためのワーク○ 学校の興味を高め，理解を深めるため，絵や写真，VTRなどを教材として活用します。○ 自分自身の生活を振り返り見直すために，短期間調査したり，記録したりしたものも教材として活用します。

留意事項

<p>子どもたちは，家庭や地域社会での様々な生活体験や社会体験，自然体験を通して，保健の学習で学んだ知識や技能などを確かなものにしていきます。保健で学習したことが，家庭で実践できるよう，保健の学習に関心をお寄せいただき，ご協力ください。</p>
--