

# 小学校・第5学年・体育科（保健領域）・心の健康①

熊本市提供

## 育成を目指す資質・能力

- ・心の発達、心と体との密接な関係、不安や悩みへの対処について理解し、不安や悩みへの対処についての技能を身に付けること。【知識及び技能】
- ・心の健康について、課題を見付け、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。【思考力、表現力、判断力等】
- ・心の健康について、健康や安全の大切さに気付き、自己の健康の保持増進や回復に進んで取り組もうとすること。【学びに向かう力、人間性等】

## ICT活用のポイント

- ・「調べる、撮る、記録する、考えを深める、アウトプットする」といった児童の主体的な学びにつなげるための道具として活用する。

心の発達に関する事柄から心の健康に関わる課題を見付ける。

### 【事例①】

心と体は深く影響し合っていることを理解する。

不安や悩みの対処には、様々な方法があることを理解し、考えたことを伝え合う。

### 【事例②】

不安や悩みの対処法について、体ほぐしの運動や呼吸法を行い、学習を振り返る。

### 事例①の概要

- アンケート機能を活用し、心と体が深く影響している事例を入力して集計する。
- 大型モニターやICT端末にグラフ化したクラスのアンケート結果を示して全体で共有し、話し合う。

### 事例②の概要

- ICT端末で教科書にあるリラクゼーションにつながる手本動画のQRコードを読み取り、各自で視聴し、呼吸法を実践する。
- ICT端末を用いて呼吸法の実践をペアで撮影し合い、技能のポイント等を伝え合う。
- 学習支援ソフトを活用して、作成した学習シートを提出する。

# 小学校・第5学年・体育科（保健領域）・心の健康②



## 【事例① - 1】

児童のアンケートチェック場面



## 【事例①でのICT活用のメリット】

- ・学習支援ソフトで事前にアンケートシートを配付しておくことで、話し合いや考えるための時間を生み出すことができる。
- ・リアルタイムで結果が確認でき、その場で自分の結果と比較することで考えを深めることができる。
- ・アンケート結果をデータとして蓄積できるので、その後の学習改善や指導改善に活用できる。

## 【事例① - 2】

アンケート集計グラフの提示場面

## 【事例②でのICT活用のメリット】

- ・教科書のQRコードを児童一人一人がICT端末を用いて読み取り、自分のペースに合わせて動画を視聴することができる。
- ・撮影した動画を自分で振り返ったり友達と見比べたりしながら考えを伝え合う場面を設定することで、知識及び技能の習得が高まり思考力・判断力・表現力等を育成することができる。
- ・学習支援ソフトを活用して、学習記録や撮影した動画を提出させることで、いつでも児童が振り返ることができ、学習評価に生かすことができる。

【活用したソフトや機能】

アンケート機能

動画再生機能

動画撮影機能

学習支援ソフト