研究授業学習指導案

神奈川県立生田高等学校
授業担当者　安井　真也

1　日時　令和８年 11 月 12 日（木）　　５校時（13：35～14：25）

2　場所　１年２組教室

3　生徒　１年２組（39 名）

4　科目名　保健（１単位）

5　単元名　(1) 現代社会と健康　(ｵ) 精神疾患の予防と回復

6　単元の目標

（１）精神疾患の特徴や精神疾患への対処について、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、関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、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、自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりの学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。

7　単元の評価基準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
①精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により、精神活動が不全になった状態であること、誰もが罹患しうること、若年で発症する疾患が多いこと、適切な対処により回復し生活の質の向上が可能であることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ②精神疾患の予防と回復には、身体の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、 心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。 ③心身の不調時には、不安、抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が、通常時より強く、持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まること、できるだけ早期に専門家に援助を求めることが有効であること、人々が精神疾患について正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、偏見や差別の対象ではないことについて、理解したことを言ったり書き出したりしている。	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めに必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 ②精神疾患の予防と回復について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。	①精神疾患の予防と回復について、自他や社会の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。

8　単元の指導・評価計画　〇「記録に残す評価」　●「指導に生かす評価」

次	時	学習活動	知	思	態	評価のポイント・指導上のポイント
1	1	・精神疾患の特徴や発症の要因、誰にでも起こり得ることについて理解する。 ・うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害などの特徴を理解する。 ・精神疾患を身近な健康課題として捉える。	①			・精神疾患の特徴や要因について理解している。（ワークシート） ・精神疾患を特別な人に起こるものと捉えず､誰にでも起こり得る健康課題であることをおさえる。
2	2	・精神疾患の予防や早期発見の重要性について理解する。 ・ストレスへの対処や生活習慣について考える。 ・自分や周囲の心身の変化に気づいたとき、どのような関わり方や支援が考えられるかを考える。	②	①		・精神疾患の予防や早期発見について生活場面と関連付けて考えている。（ワークシート・発言） ・必要に応じて相談や支援につながることも含めて考えるよう促す。 ・架空の事例等を活用し､自身への過度な自己投影を避けるよう配慮する。
3	3	・精神疾患からの回復を支える仕組みについて理解する。 ・精神疾患に対する偏見や差別などの社会的課題を整理する。 ・本人や周囲の人がどのように関わることができるか、どのような支援や環境が必要か理解する。	③			・専門機関や周囲の人、社会環境など多様な支援の在り方に気付くようにする。 ・精神疾患に関する偏見や差別などの社会的課題を多面的に考察している。 （ワークシート・グループ活動）
4	4 本時	・これまでの学習を活用し、精神疾患への偏見をなくし､相談しやすい社会をつくるための方法をグループで検討する。 ・課題、原因、解決策、期待される効果を整理する。 ・高校生として実践できる取組を考え、提案・発表する。		②	①	・社会課題に対して根拠をもった解決策を提案し、主体的に社会をより良くする方法を考える。 （提案シート・発表・振り返り） ・「課題→原因→解決策→効果」の流れで考えることで探究的な思考を促す。

9　本時の学習について（全４時間計画のうちの第４時間目）

（１）展開

	学習のねらいと生徒の活動	教師の指導・支援	評価方法
導入 ５分	○挨拶、出席確認（1分） ○前時の復習を行う。(4分)	・前時の内容（特徴・予防・回復）を確認する。 ・精神疾患に対するイメージや偏見が本時のテーマであることを伝える。	
展開 35分	**発問１　精神疾患に対する偏見をなくし、相談しやすい社会をつくるには？**		
		・前時の授業を受けて課題を提示する。	
	○４人グループで協議する。(15分) ○ワークシートに提案をまとめる。(5分) 条件 ①現在の課題 ②課題が起こる原因 ③提案（解決方） ④期待できる効果 生徒の提案予想 ・メンタルヘルスキャンペーンの実施 ・相談窓口の周知 ・保健委員による啓発活動 ・SNSを活用した情報発信 ・相談しやすい学校づくり　等	・探究マスタールーブリックの「社会をより良くするための方法を考える」視点を意識するように促す。 ・課題→原因→解決策→効果の順で考えるよう助言する。 ・机間指導を行い、根拠をもった提案になるよう支援する。	・ワークシート ［思考・判断・表現②］
	○各グループが提案を発表する。(15分) ・各グループ２分程度で発表 ・メモ、実現可能度記入	・解決策の共通点や実現可能性に着目するように促す。 ・多様な考え方を認め合う雰囲気をつくる。	
まとめ 10分	○感想を記入する。 ○「自分が明日からできること」を１つ記入する。 ○自己評価を記入する。	・精神疾患は特別な人の病気ではなく、誰もがかかり得ることを確認する。 ・正しい理解、相談、支え合いの重要性について確認する。	・ワークシート ［主体的に学習に取り組む態度①］