



4年生「自分を見つめて  
《元気いっぱい健康隊》」の活動例

4年生は自分で判断して活動する力が大きく増す一方で、友達同士のかかわり方や自分の気持ちをコントロールすることなど、個人差が広がる時期です。また、心身の成長が著しいが、心身の健康への関心や意識はまだあまり高まっていないことが多い時期でもあります。本単元で、健康にかかわる課題を児童自らが追究することより、自分の心や体を見つめる目を養ってほしいと思います。そこから日常的に自らの生活をよりよくしていこうとする態度を養いましょう。

ポイント!  
ここが



「総合的な学習の時間」の内容を検討していく時には、学習指導要領に示されているねらいに沿っていることが大切になります。今回の単元名にもある「元気」とは、心も体も「健康」と言い換えることができます。心も体も健康であることは、生きる力の基盤であり、生涯にわたって追究していくべき課題といえ、「自己の生き方を考える」という「総合的な学習の時間」の趣旨に十分値するものであると考えます。

ねらい

- 自分の心と体の健康について関心を持ち、興味のある課題を設定する。
- いろいろな取材方法を使って、くわしく調べたりまとめたりする。
- 自分たちの調べたことについて、わかりやすくまとめたり発表したりする。
- 心と体の健康について考え、自分の生活を見つめ直す。

ふれる・つかむ段階

活動意欲を高め、自己の課題をつかむ。

1 今の自分はどんな自分?  
(よいところさがし)

2 育ちゆく体とわたし  
(保健学習)  
養護教諭とT.T

3 スポーツテスト(新体力テスト)  
の結果から

1 サッカーが得意

1 がんばり屋で真面目

2 今ぼくたちは成長期なんだね  
体の中でも大人になる  
準備をしているんだ

3 ぼくは力強さがあるんだな

3 成長期の今、がんばれば  
体力は大きく伸びるんだね

今のみんなは成長中! 「元気」について調べよう!

調べる段階

「元気」についての自分の課題を追究する。

※  
ウエビングをして自分の  
課題を決めよう!

※ウエビングとは、一つのテーマについて、それぞれが課題を見つけ、くもの巣をはるように学習課題をつくっていくことです。

《課題例》

- 給食と健康について
- 成長ホルモンについて
- みんなで楽しめる運動遊びを探ろう
- 水泳の効果
- 健康にいい食べ物・飲み物…など



みんなの  
「元気」のもとを  
調べよう! 実際に  
運動遊びを試したり、  
料理を作ったり  
いろいろな活動にも  
挑戦していくと  
いいね。

どうやって調べよう!  
相談タイム

同じ課題をもった同士でグループをつくり、  
調べ方を相談しよう。

《調べ方の方法の例》

- 実際に取材に行く ●インタビューをする
- 図書室、図書館で調べる ●ウェブを検索する
- Eメールで質問する…など

- 子供の活動を十分確保する。
- どんなまとめ方をしてみんなに伝えていくか、見通しをもたせる。
- 「ぼくたちの取材、ここまで進んだよ報告会」など、必要に応じて中間報告会を開催することで、子どもの活動意欲を高める。

まとめる・広げる段階 「元気」について自分の調べたことを発表する。

「元気いっぱい健康隊」  
発表会をしよう!

活動の振り返りをしよう。

- みんなに分かりやすく伝えられる  
まとめ工夫ができるように  
助言していく。  
実演できるものは実際に行ったり、  
一緒に運動遊びを行ったり、  
VTRやOHPなどを使って  
発表したりできるように、  
場所・器械等の準備をする。
- お互いのグループのよさに目を  
向けられるように助言する。



ぼくたちは今、成長期だから  
睡眠・栄養・運動のバランスに  
気をつけて、体力をつけて  
いくのが大切なんだね

