

# 公開授業

日 時：令和2年1月30日（木） 第6校時（14:40～15:25）

学年・教科：5年 保健指導

単 元 名：「心の健康」

## 1. 授業の様子



○5年生の教室で『心の健康』に関する保健指導がありました。

○事前調査では、このクラスの約半数の児童が『不安や悩みがある』と答えていました。

○子どもたちは不安や悩みを緩和するための対処法について学んでいきました。



○人に相談したり運動したりして気持ちを楽にし、気分を変えることで対処できることを理解していきました。

○心は悩みや不安への対処を通してさらに発達していくことを理解し、自分に合った適切な対処法について考えていきました。

