

## 中学校第1学年 学級活動（歯科保健）指導案

平成〇〇年〇月〇日（〇）〇校時

指導者 1年〇組 〇〇 〇〇

養護教諭 〇〇 〇〇

場 所 1年〇組 教室

- 1 題材名 生活習慣と歯・口の健康 ～規則正しい食生活で健康づくり～
- 2 ねらい
  - ◎歯・口の健康づくりのために，規則正しい食生活の大切さを理解する。
  - ◎歯・口の健康は全身の健康につながることを理解する。
- 3 本時の指導にあたって（教師の働きかけ、指導のポイント）
  - ◎歯科教材スライドを導入し理解を深める。
  - ◎歯・口の健康が全身の健康とつながっていることを養護教諭が指導することで理解を深める。
- 4 指導過程

	学習活動	指導上の留意点と支援の手立て	資 料
導 入	1 普段の生活を振り返ってみましょう。 ○不規則な生活リズムになっていないか。 ○寝る前まで食べていないか。 ○清涼飲料水等を毎日飲んでいないか。	＊起床，就寝，学習，運動，食事，おやつ等の時間をワークシートに記入させる。 ＊自分の生活について，自由に発表させる。	ワークシート
展 開	2 1日の生活の仕方とむし歯の関係について考えましょう。 ○この2人の生活の仕方を見比べて気がついたことを発表しましょう。 ○自分の食生活の課題点を考え，ワークシートに記入しましょう。	＊2人の生活の仕方の違いに気づかせる ＊自分の食生活の課題点に気づかせる。 ＊ワークシートに記入させる。	「食・生活習慣」スライド25・26・27  (平成26年度版教材) 「歯・口の発達と機能の発育」スライド10 「よくかんで味わう食べ方」スライド14 「食・生活習慣」スライド29
ま と め	3 歯・口の健康は，全身の健康につながっていることを知る。 ○飲物に含まれている砂糖の量を予想してみましょう。	＊養護教諭が説明する。 ＊よく噛んで食べることが，体によいことを理解させる。 ＊むし歯を予防する食生活が，成人病等の予防につながることを理解させる。 ＊砂糖を含まない飲物が健康によいことを理解させる。	ワークシート
	4 歯・口の健康によい食生活（食習慣）についてグループで話し合う。 ○グループごとに発表する。	＊ワークシートに記入させる。	ワークシート
	5 中学生の歯・口の発育や発達について知る。	＊永久歯列が完成することを理解させる。 ＊中学生に必要な食生活（食習慣）について理解させる。	「歯や口の発育と安全な食べ方」スライド10
	6 歯・口の健康づくりのための自分のめあてを考える。	＊今後の取組を発表させる。	