



「生きる」教育
Education for Living

京都大学大学院教育学研究科 教育実践コラボレーション・センターE.FORUM

「『生きる』教育」プロジェクト

単元「脳と心と体とわたし」指導案

※以下でご提案しているのは、一つの例です。先生方の目標や子どもたちの実態に合わせて、適宜、アレンジして実践していただければ幸いです。

※[]内の数字は、ウェブサイトに掲載しているファイルのナンバリングを示しています。

教科	総合的な学習の時間	学校段階・学年	中学校・1年
単元名	脳と心と体とわたし		
単元の時間数	全1時間		
単元目標			
・心の傷と脳の機能の関係について科学的にとらえ、「思春期」に体や心が大きく変化することを理解する。 ・トラウマやストレスなどの影響で起こる心身の状態について対処法を考え、レジリエンスにつながる思考を持つ。			
単元の指導の流れ			
時数	教師による指導	子どもの活動、反応例	教材・教具など
I	脳と心と体のつながりについて考えよう ①<健康な脳>について ・日常生活を送る際の脳の働きを考える →行動と脳の働きを確認する 動物とは異なり、人間は欲求を コントロールする力があることも伝える →思春期特有の脳の働きを確認し、 それも<健康な脳>の働きだと伝える ②<健康でない脳>について ・脳のけが →CT写真を提示し、脳がけがをしたとき の状態と影響、対処法を伝える ・トラウマ →CT写真を提示し、一見すると正常な 状態でも脳の中で傷つきが起きている 状態と影響、対処法について説明する	ワークシートを見て、脳 のどの部位が働いてい るのかを考える 脳のけがにより、手足や 発語など脳から離れた 体の部位にも影響が出 ることに気づく ぶつけたり、出血したり していない状態でも脳 に傷(凍り傷)ができる ことを知る	ケースワークシート(全3種) [1-1-1] 脳カード(全5種) [1-1-2] 「脳のけが」カード [1-2-1] 「症状(脳のけが)」カード [1-2-2] 「手当てをしてくれる職業」カード [1-4] 「凍り傷のある脳」カード [1-3-1] 「トラウマ要因」カード [1-3-2] 「症状(3つのF)」カード [1-3-3] 「手当てをしてくれる職業」カード [1-4]

→グループに分かれて、トラウマ要因とストレス要因の分類ワークを行う →トラウマに分類されなかったカードを手掛かりに生徒たち自身のストレスを引き出す ・うつ →トラウマ要因に分類されなかった事例に着目し、ストレスを放置すると「うつ」のような病気に発展することを伝える →そのメカニズムと影響、対処法を説明 →生徒たちが行っている対処方法を「一人でできること」と「人とのつながりのなかでできること」に分類し、「レジリエンス」、「安全基地」概念について説明(*1)	トラウマと呼ばれるものの内実を理解するとともにトラウマが解凍される症状(フラッシュバック)についても確認する 脳の機能ではなく、神経伝達物質が影響していることを確認する 自身のストレス要因を振り返り、意識的・無意識的に行っている対処方法について考える	トラウマ分類ワークシート [1-5-1] 「トラウマ・ストレス要因」短冊 [1-5-2] 「ストレス」カード [1-5-3] 症状カード [1-6] 症状ピクトグラム [1-7] アイデア記入用ふきだし [1-8]
---	--	---

留意点

・うれしいことや悲しいこと、腹が立つことなどを含め、心や体が大きく揺れ動きながら成長するのが「思春期」であることを授業の冒頭部分で伝えておく。それらの「思春期」の心の揺らぎが、「健康な脳」の成長過程であることを確認し、感情や行動が脳の働きに大きくかかわっていることだと自覚させることが重要である。

・(*1) 一人でできることを「レジリエンス」、人とのつながりの中でできることを「安全基地」に分類するが、生徒たちから出てきた意見に偏りが見られた場合は、教師からレジリエンスの例や安全基地の例を提示し、レジリエンスも安全基地もどちらもストレスへの対処には必要であることを確認する。その際、「増やせるものは何か？」と問いかけ、教員、クラスメートとの関係が安全基地となり得ることに言及しておく。

(作成: 田野茜、西岡加名恵)