

2学年保健体育科課題 「7 飲酒の害と健康」ワークシート **1年間保管**

**課題** ワークシート(教科書P124~P125参照) **評価** 関心・意欲・態度 + 思考・判断

1. **わらい(2学年)**

- ・飲酒の急性的な影響について学ぼう!
- ・常習的な飲酒の影響や未成年者への影響について学ぼう!



2. **やってみよう!**

飲酒によって、人はどのような状態になるか、見たり聞いたりしたことを思い出して発表してみましょう。

3. **教科書を読み、( )の中に適切な言葉を記入して、文章を完成させよう!**

- (1) 酒の主成分である(①)  (エチルアルコール) は、吸収されて全身を巡ると脳を(②)  させたり思考力や自制力を(③)  させたりし、転落や(④)  、暴力などの事件を起こしやすくする。
- (2) アルコールを分解する(⑤)  の能力には(⑥)  差と限界があり、大量の飲酒を短い時間ですると(⑦)  になり、死亡することもある。そのため、「(⑧)  飲み」は絶対にしたりさせたりしてはいけない。
- (3) 飲酒が長く習慣化すると(⑨)  )になって体中の器官に影響が出、(⑩)  )にも支障が出て、精神に障がいが出ることがある。未成年は急性アルコール中毒や⑨になりやすいため、飲酒は(⑪)  )で禁じられている。

4. **アフターチェックをしよう!** (当てはまるものに○をつけましょう) A よくわかった B だいたいわかった C もう少し努力しよう

- ①健康への飲酒による害がわかりましたか? ( A ・ B ・ C )
- ②未成年者が飲酒してはいけない理由について考えることができましたか? ( A ・ B ・ C )

5. **まとめを書こう!** (感想や疑問点、学んだこと、今後の生活にどう活かしていきたいかなどを書きましょう)

**※提出日 5月22日(金)予定**

**評価(A・B・C)**

2年 組 番 氏名

2学年保健体育科課題 「6 喫煙の害と健康」ワークシート **1年間保管**

**課題** ワークシート(教科書P122~P123参照) **評価** 関心・意欲・態度 + 思考・判断

1. **わらい(2学年)**

- ・たばこの有害物質と急性影響について学ぼう!
- ・常習的な喫煙の影響と未成年者への影響について学ぼう!



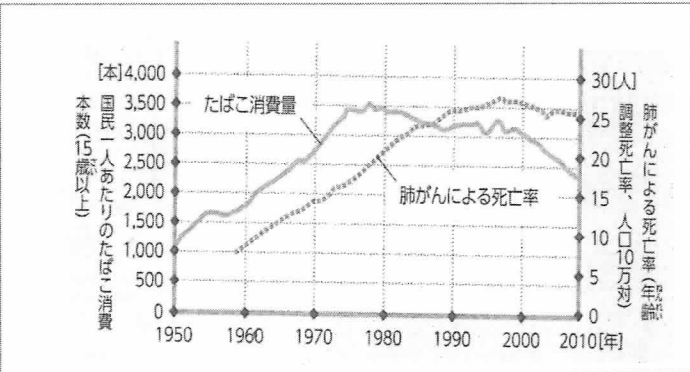
2. **やってみよう!**

小学校の学習を振り返り、たばこの害にはどのようなものがあったか書き出してみよう!

3. **教科書を読み、( )の中に適切な言葉を記入して、文章を完成させよう!**

- (1) たばこの煙に含まれる(①)には依存性があり(②)には発がん物質が多く含まれる。また(③)は血液中の(④)と結合して酸素を運ぶ能力を低下させる。これらの他にも200種類以上の(⑤)物質が含まれている。
- (2) 喫煙をするとニコチンや一酸化炭素の影響で毛細血管の(⑥)や運動能力の低下などが起こる。また、たばこをやめられなくなる(⑦)になったり、(⑧)をはじめ、脳卒中や心臓病などの病気にかかりやすくなったりする。
- (3) 未成年者は(⑨)の影響を受けやすく、また、喫煙開始の年齢が低いと病気になる可能性が上がるため、未成年者の喫煙は(⑩)で禁じられている。

4. **考えてみよう!** 右のグラフは、日本のたばこの消費量と肺がんの死亡の関係を示したものです。この表から読み取れることを書いてみましょう。



<表から読み取れたこと>

5. **アフターチェックをしよう!** (当てはまるものに○をつけましょう) A よくわかった B だいたいわかった C もう少し努力しよう

- ①健康への喫煙による害がわかりましたか? ( A ・ B ・ C )
- ②未成年者が喫煙してはいけない理由について考えることができましたか? ( A ・ B ・ C )

6. **まとめを書こう!** (感想や疑問点、今後の生活にどう活かしていきたいかなどを書きましょう)

※提出日 **5月22日(金)予定**

**評価(A・B・C)**

2年 組 番 氏名