

第4学年 体育科(保健)学習指導案

令和 年 月 日()第 校時

学校 4年 組 名

指導者

1 単元名 「体の発育・発達」

2 単元設定の理由

本学級の児童は、明るく活発で、休み時間には友達と一緒に勉強をしたり、声をかけ合って遊んだり、楽しく学校での生活を送ることができている。男女の仲は良く学級全体で遊ぶこともあるが、男女に分かれて遊ぶことが増えてきている。体の発育や発達について、興味・関心がある児童もおり、男子と女子の違いや成長には個人差があることを学習し、これから自分の体に起こる変化を前向きに受け入れられるように指導していく必要がある。

これまでに、児童は第3学年の「毎日の生活と健康」の単元で、毎日健康に過ごすには、生活の仕方や生活環境が関係していることを学習している。また現在、第4学年の理科「ヒトの体のつくりと運動」の単元で、人の体には骨と筋肉があることや人が体を動かすことができるのは、骨、筋肉の働きによることなどを学習しており、体について興味・関心をもっている。

本単元では、体の発育・発達について、年齢に伴う変化及び個人差、思春期の体と心の変化について理解させるとともに、体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方について理解させる。まず、児童の1年生から4年生までの身長伸びを示した紙テープや身長・体重のグラフを確認することで、自分自身が成長していることを実感させる。また、発育には個人差があることを理解させる。次に男女の体つきなどの体の外側に現れる変化、初経や精通などの体の中の変化や異性への気持ちの変化について、視聴覚教材を準備し、体の内外の変化がわかるようにする。現段階での4年生は成長に差が見られ、二次性徴で見られる体の変化についてはまだ現れていない児童が多く、自分のこととして捉えにくいことが考えられる。そのため、成長のスピードには個人差があるものの、自分の体にも今後必ず起こる変化だということを、しっかりおさえた上で指導していきたい。また、体つきの変化や初経や精通などを大人への一歩として前向きに捉えさせ、恥ずかしさや不安感を抱かせないように指導したい。そして、体のよりよい発育に必要なものをグループワークで考えさせ、出された考えから適切な運動、バランスのよい食事、適切な休養・睡眠が必要なことを学ばせたい。

これから思春期を迎えようとしているこの時期の児童は、少しずつ異性への関心が芽生え始めるとともに、発育・発達の個人差が目立ち始める時期でもある。体の発育に伴って起こる心身の変化に不安や疑問を抱き、最も身近な問題として関心を示すようになる。こうした不安や疑問をもつ児童に、体の発育・発達や異性への関心の芽生えについて正しく理解させ、知識を身に付けさせたい。

3 単元の目標

- (1) 年齢に伴う体の変化と個人差、思春期の体の変化、体をよりよく発育・発達させるための生活について理解することができる。
- (2) 体の発育・発達について、課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現することができる。
- (3) 体の発育・発達について、健康の大切さに気づき、自己の健康の保持増進に進んで取り組むことができる。

4 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
<p>① 身長や体重など年齢に伴う体の変化と個人差について、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>② 思春期には、体つきに変化が起こり、人によって違いがあるものの男女の特徴が現れることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>③ 思春期には、初経、精通、変声、発毛が起こり、異性への関心も芽生えること、これらは個人差があるものの、大人の体に近づく現象であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p> <p>④ 体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には、体の発育・発達により運動、バランスのとれた食事、適切な休養及び睡眠などが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。</p>	<p>① 体の発育・発達について、身長や体重などの年齢に伴う体の変化や思春期の体の変化、体の発育・発達に関わる生活の仕方から課題を見付けている。</p> <p>② 体の発育・発達について、自己の生活と比べたり、関連付けたりするなどして、体をよりよく発育・発達させるための方法を考えているとともに、考えたことを学習カードなどに書いたり、発表したりして友達に伝えている。</p>	<p>① 体の発育・発達について、課題の解決に向けての話合いや発表などの学習や教科書や資料などを調べたり、自分の生活を振り返ったりするなどの学習に進んで取り組もうとしている。</p>

5 指導計画

- 第1次 体の発育 ……1時間
- 第2次 思春期の体の変化 ……2時間(本時 2/4)
- 第3次 体のよりよい発育 ……1時間

6 本時

(1)目標

思春期には、体つきに変化が起こり、人によって違いがあるものの男女の特徴が現れることについて、理解できるようにするとともに、思春期の体の変化から課題を見付けることができるようにする。

(2)展開

時間	学習活動	指導上の留意点	学習活動における 具体的評価規準	評価方法
5分	1 シルエットクイズで、 男女の体つきの変化 に気付く。	○シルエットクイズで、男女の体つきの違いが、小学校高学年頃から感じられることをおさえる。		
大人に近づくにつれて、わたしたちの体に、どのような変化が起こるのだろう。				
20分	2 体つきの変化について考え、デジタル模造紙を用いて、話し合う。	○個人で考えた体つきの変化について、グループで共有し、話し合うよう助言する。 ○おさえておきたい思春期の体の変化について、分類(男・女・共通)と理由を考えさせる。	体の発育・発達について、身長や体重などの年齢に伴う体の変化や思春期の体の変化、体の発育・発達に関わる生活の仕方から課題を見付けている。	観察 デジタル模造紙
15分	3 思春期には、体つきに変化が起こること、人によって違いがあるものの男女の体つきの特徴が現れることを理解する。	○二次性徴の発現には個人差があることをおさえる。		
5分	4 本時のまとめをする。	○学習して考えたり感じたりした期待、疑問、不安などをワークシートに書かせる。 ○疑問や不安、心配事があつたらいつでも相談してよいことを伝える。	思春期には、体つきに変化が起こり、人によって違いがあるものの男女の特徴が現れることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。	観察 ワークシート

(3)評価及び指導の例

「十分満足できる」と判断される状況	<ul style="list-style-type: none"> ・ 具体的な事例や事実に基づいたり、自己の体の発育・発達に結び付けたりしながら理由を明確にして、課題を見付けている。 ・ 思春期の体の変化について、理解したことに加え、家族との生活や自分の生活の中から気付いたことなどの具体例を挙げて言ったり書いたりしている。
「おおむね満足できる」状況を実現するための具体的な指導	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の身長や体重などの年齢に伴う変化や生活の仕方を振り返らせ、課題に気付けるように促す。 ・ クイズの内容や板書(デジタル模造紙)での分類内容を個別に振り返らせたり、教科書や資料等で具体的に説明したりする。