

第4学年体育科保健学習指導案

赤村立赤小学校

1 単元「育ちゆくからだわたし」

2 指導観

○ 本学級の子どもたちは、2学期になると体操服に着替える際、体を隠しながら着替えるようになった子が増えた。そこで、女子は空き教室で着替えるようにした。女子の着替え中に女子同士で胸が少しふくらんできたことや体重を気にするような話題がでてきたり、異性を意識する言動が見られたりするようになってきた。自分の体の成長や異性に対して関心をもち始めだすこの時期は、その変化に戸惑いを感じたり、否定的にとらえたりする姿が見られやすい。そこで、自分自身の体の成長や変化を正しく知ることは、自他の成長を喜び、尊重し合う意識を育む上からも意義深いと考える。

○ 本単元に入るまでに、低学年では「体を清潔にすることの大切さや具体的な行動の仕方」を学習している。第3学年では「1日の健康な生活の仕方と体や身の回りの清潔や生活環境を整えることの大切さ」を学習してきた。これらの学習は「自分の健康は自分で守るという態度」に育ちつつある。本単元では、身長や体重などが年齢に伴って変化することや発育の仕方には個人差や男女差があることに気付かせる。また、PTA家庭教育宣言親子ふれあい運動に取り組んでいる本校では「早寝・早起き・朝ごはん」が特に重要であることを理解できるようにする。さらに、思春期に起こる体の変化、射精と月経とその仕組みに着目し、それはだれでも起こり、また個人差があることを理解できるようにする。10歳の誕生日を迎えるこの時期は、体の発育の面からも第二次性徴の入り口である。この時期に、今の自分の体を見つめ直したり、これから自分の体に起こる変化や成長など、体に対する気付きや自分の体に関心をもたせていくことはとても重要である。

○ 本単元の指導にあたっては、思春期におこる体の変化に関心をもたせるとともに、体の発育・発達についての正しい知識を身に付けさせ、個人差があるもののだれにでも起こる変化であることを正しく理解させる。そのために、養護教諭との連携を図り専門的な知識や児童が理解しやすい教具の提示の仕方や扱い方を学び、発達段階に応じた適切な指導を行いたい。

また、保護者との連携を図ることで、家庭ではなかなか切り出せない話題のきっかけとなり、かつ家庭での適切な指導に役立ててもらうことになることから、第2時（本時）を授業参観として実施する。

3 目標

- からだは年齢に伴って変化することを理解できるようにするとともに、発育・発達のしかたや時期には、個人差があることを理解できるようにする。
- 思春期にはからだつきに変化が現れ、男女の特徴が現れることを理解できるようにする。
- 思春期には初経、精通、変声が起こったり、異性への関心が芽生えたりし、これらの変化は、おとなのからだに近づいているしるしであることを理解できるようにする。
- からだがよりよく育つためには、調和のとれた食事、適切な運動を続けること、休養・睡眠をじゅうぶんにとることが必要であることを理解できるようにする。

4 単元計画

配時	小見出し	主な学習活動
1	大きくなってきたわたし	赤ちゃんから今までの体の様子をふり振り返り見通しをもつ。
2	思春期にあらわれる変化(1)	思春期にあらわれる体の変化について調べる。
3	思春期にあらわれる変化(2)	思春期にあらわれる体と心の変化について調べる。
4	よりよく育つための生活(1)	よりよい発育・発達には調和のとれた食事・適切な運動・適度な休養・リズム正しい睡眠が必要であることを理解する。
5	よりよく育つための生活(2)	健全な心の成長にも調和のとれた食事・適切な運動・適度な休養・リズム正しい睡眠が必要であることを理解する。

5 本時の学習 平成25年11月29日 金曜日 5校時 於：4年1組教室

(1) 主眼

○思春期におこる体の変化に関心をもつとともにその変化には個人差があることを理解することで自分や友達の変化に理解ある態度で接する心構えをもつことができる。

(2) 準備

教師：体の図、DVD

児童：保健の教科書

(3) 展開

予想される学習活動	指導上の留意点
1. 前時学習を想起する。 2. めあてをつかむ。	○体は、年齢に伴って変化すること、発育・発達のしかたや時期には個人差があることを思い出させる。 ○いやらしい、はずかしいと照れが見られる場合、誰にでも訪れる成長なので真剣に考えていくことを確認する。
わたしたちのからだには、これからどんな変化があらわれるのだろう。	
3. からだつきの変化について確認する。 ・1年生と大人をくらべて ・男女をくらべて 4 思春期にあらわれる体の変化について話し合う。 5. 体の変化が起こるわけを知る。 6. DVDを見る。 7. 本時のまとめをする。	○教科書の写真を見比べて、小さい頃との違いや男女の違いを見つけさせる。 ○男女や年齢による違いとともに、個人差があることを再度おさえる。 ○教科書をもとに、思春期にあらわれる体の変化について発表させ、体の図に表していく。 ○ホルモンの分泌により体の変化が起こることを理解させ、自分の体や友達の変化に正しい態度で臨むように指導する。 ○DVDを見て本時学習の確認をする。 ○本時のまとめとして感想を書かせる。
思春期になると、体つきや体のいろいろなところに男女の特徴があらわれる。時期やあらわれかたは、人によってちがう。	

育ちゆくからだとわたし

めあて
 わたしたちのからだには、これからどんな変化があらわれるのだろう。

1年生
→
大人

男女ほぼ同じ
女子…丸みのある体
男子…がっしりした体

↓

思春期
 子どもの体から大人の体に
 変化していく時期

女子の体の図

男子の体の図

脳からホルモンがでるため変化がおこる

◎変化の仕方やあらわれる時期は人によってちがう