

第4学年○組 体育科学習指導案

令和4年 11月4日(金) 第5校時 4年○組 教室
在籍児童数 男子○○名 女子○○名 合計 ○○名
所沢市立 上新井小学校 教諭 T1 ○○ ○○
養護教諭 T2 ○○ ○○

1 単元名 「体の成長とわたし」

2 単元について

本単元は、体の発育・発達について、一般的な事象や思春期の体の変化と体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方について理解し、体の発育・発達に関する課題を見付け、よりよい解決に向けて考え、それを表現することをねらいとしている。具体的には、①体は、年齢に伴って変化することや体の発育・発達には、個人差があること②体は、思春期になると次第に大人の体に近づき、体つきが変わったり、初経、精通などが起こったりすることや異性への関心が芽生えること③体をよりよく発育・発達させるためには、適度な運動、食事、休養、睡眠が必要であることについて学ばせていく。

児童は、発育測定を行う際に、前回よりもどのくらい身長が伸びたかということに注目しがちで、これまで自分がどれほど成長してきたかを実感する機会は少ない。友達と比べて自分の身長が低い・高いや、体重が軽い・重いなどについて不安を感じている児童もいる。また、この時期の児童は思春期の体の変化を感じていない場合がほとんどである。

そこで体の発育・発達について、発達の段階に応じた知識を活用して、体の変化や個人による発育の違いなどについて自分のこととして実感し、自分の体の発育を肯定的に受け止められるよう配慮し、指導をすすめていく。単元を通して「個人差」という言葉を繰り返し意識させることで、自分と人との違いを認め、自分と友達の成長を肯定的に受け入れて、自分も他の人も大切にすることを育てたい。

3 児童の実態

(1)一般的な児童の実態

本学級の児童は、明るく活発で、自分の思いを進んで他者に伝えようとする児童が多い。休み時間には、男女一緒に遊ぶ姿や、ペア・グループ学習では、男女問わず積極的に意見を交わして協力する姿が見られる。その一方で、男子と女子に分かれて特定のグループでまとまる傾向が見られたり、男女で考え方の違いから言い合いになったりしたこともある。男女のそれぞれの体の発育・発達の仕方の違いを肯定的に受け止め、お互いを大切に合わせるようにしていくことが必要である。

(2)本単元に関わる児童の実態(アンケート調査から)

令和4年8月30日(火)実施

質問	はい	いいえ
1 体育の授業は好きですか。	25人	7人
2 保健の授業は好きですか。	13人	19人
3 大人になるにつれて、体や心にどんな変化があるか知っていますか。	8人	24人
4 よりよい成長のために、どんなことに気を付ければよいと思いますか		

早寝・早起き、体を動かす、朝ごはんを食べる、生活リズムを整える、 バランスのよい食事をする、体調を気にかけて過ごす		

事前に行ったアンケートの結果から、ほとんどの児童が、思春期の体の変化についての知識があまりなく、具体的なイメージを持つことが難しいことが分かった。また健康への関心はあるものの、学んだことを自分ごととして考えて生かしていくことがなかなかできていないと考えられる。

また、学級の児童の新体力テストの結果から、全ての種目において、4年生の平均値が3年生の平均値を超えており、学級全体を見ると、体の成長とともに、筋力や体力が向上していると考えられる。ただ、個人の結果を見ると昨年度より記録が上がっている児童もいれば、学級の平均値が上がっているのに個人の記録は下がっている児童もいる。また、記録が上がったり下がったりする種目がそれぞれ人によって違っていた。体力や筋力の伸びに個人差があるように、体の発育・発達や心の変化にも個人差があることに気付かせながら、児童が正しい知識を身に付け、それを活用していけるようにしていく必要がある。

4 教師の指導観

体の発育・発達について不安を抱くことなく、正しく理解ができるようにするために、以下の具体的な手立てを講じる。

- ・思春期における体や心の変化を安心して受け止められるよう、単元を通して「個人差」という言葉を繰り返し示す。
- ・保護者へのアンケートを行うことで、児童の実態をより具体的に把握し、実態にあった学習活動を行うことで、児童が正しく知識を得て、それを活用できるようにしていく。
- ・事前に児童へアンケートを行い、それを活用することで、思春期に起こる自分の体や心の変化を実感していない児童も、より自分に身近なこととして捉えられるようにしていく。
- ・児童が学習内容をより深く理解できるよう、思春期の体の発育・発達についての知識を説明する場面を養護教諭が担当し、専門性を生かしていく。
- ・新体力テストの結果を学習に用いることで、体の成長の個人差を実感しやすくする。
- ・グループ学習を取り入れることで、友達と話し合う活動を通してお互いに共通点や相違点を見つけながら自分の考えをより深められるようにする。
- ・本単元の学習したワークシートを持ち帰らせ、保護者に学習内容を確認してもらい、思春期の体や心の変化や、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の共通理解を図り、学んだことを今後の生活に生かしていこうとする児童の意欲を高める。

以上の手立てにより、今はまだ思春期における体や心の変化が訪れていない児童も、今後悩みを抱えた時に自分で解決していけるように、より自分のこととして深く考え、学んだことを今後の生活に生かしていけるようにする。

5 研究テーマへの取り組み

自己の目標に向け、主体的に体力の向上に努める児童の育成

～体育学習や家庭との連携を通じた手立ての実践～

研究の仮説と手立て

仮説① 学年や学級の実態を把握し、それに応じた授業づくりを実践することで、児童の総合的な体力の向上を図れるのではないかと。

手立て1 アンケート調査で生活を振り返らせ、その集計を示すことで、課題を明確にする。

手立て2 養護教諭による、より専門性の高い指導を行うことで理解を更に深めさせる。

仮説② 新体力テストの結果をとらえ、家庭と連携して保健について考える機会の充実を図れば、児童の体力が向上するのではないかと。

手立て1 学んだことを家庭に持ち帰り、保護者と共にフィードバックさせる。

手立て2 児童及び家庭へアンケートを実施し、体の発育・発達についての関心を高めさせる。

手立て3 新体力テストの結果を用いて、個人差を実感しやすくさせる。

6 単元の目標

(1) 体の発育・発達、思春期の体の変化、よりよく発育・発達させるための生活について、基礎的な事項を理解できるようにする。

【知識及び技能】

(2) 体がよりよく発育・発達するために、課題を見付け、その解決に向けて考えることができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】

(3) 健康や安全の大切さに気付き、体の発育・発達についての学習に進んで取り組むことができるようにする。

【学びに向かう力、人間性】

7 単元の評価規準

	単元の評価規準
知識 技能	①身長や体重など年齢に伴う体の変化や個人差について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ②思春期には、体つきが変化したり、初経や精通などが起こったりするなど、個人差があるものの、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。 ③体をよりよく発育・発達させるための生活には、体の発育・発達によい運動、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。
思考 判断 表現	①体の発育・発達について、思春期の体の変化への対応の仕方を考えて表現している。 ②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、体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方について課題を見付け、その解決方法を話し合い、考えたことを表現している。
主体的に	①体の発育・発達について、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 取り組む 態度	学習に進んで取り組もうとしている。 ②体の発育・発達について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習に進んで取り組もうとしている。
-------------------	---

8 単元の指導と評価計画(全4時間)本時は第3時

時	ねらい・学習活動	知	思	態	評価方法
1	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体の年齢に伴う変化や個人差について、正しく理解することができる。 ・体の発育・発達について、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することができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 自分の身長伸び方を調べる。 2 体は年齢とともに発育・発達することを知る。 3 発育が盛んな時期があることを知る。 4 身長伸び方の違いについて考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・身長や体重は、年齢に伴って変化すること。 ・体の変化には個人差があること。 </div> <ol style="list-style-type: none"> 5 発育の仕方には、個人差があることを知る。 6 学習のまとめをする 	①		①	<p>発言の観察</p> <p>発言の観察 学習カードの記入</p>
2	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期には、体つきが変化し、個人差があるものの、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することができる。 <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 大人への体の変化が現れる時期について考える。 2 女子・男子それぞれの体の変化を知る。 3 体の変化には個人差があることを知る。 4 学習のまとめをする。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期には、体つきに変化が起こり、一般的に男子はがっしりした体つきに、女子は丸みのある体つきになるなど、男女の特徴が現れること。 ・思春期には、変声、発毛が起こること。 ・思春期の体の変化には、個人差があること。 </div>	②			<p>発言の観察 学習カードの記入</p>

3	<p>I ねらい</p> <p>・思春期の体の働きや心の変化について、理解したことを生かし、自己の生活と比べたり、関連付けたりするなどして、思春期の体や心の変化への対応のしかたを考えて表現することができる。</p> <p>II 学習活動</p> <p>1 思春期の女子・男子それぞれの体の働きの変化を知る。 2 思春期の心の変化について知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期には、初経、精通が起こること。 ・思春期には、心にも変化が起こること。 ・思春期の体や心の変化の仕方にも個人差があること。 </div> <p>3 思春期の体や心の変化への対応の仕方を考える。 4 学習のまとめをする。</p>		①	<p>発言の観察 学習カードの記入</p>
4	<p>I ねらい</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>・体をよりよく発育・発達させるための生活には、体の発育・発達によい運動、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することができる。</p> <p>・体の発育・発達について、課題の解決に向けての話し合いや発表などの学習に進んで取り組もうとすることができる。</p> </div> <p>II 学習活動</p> <p>1 よりよく発育・発達するための生活の工夫について話し合う。 2 体がよく育つために必要な食事について調べる。 3 よりよい成長に必要な運動や休養・睡眠について話し合う。 4 自分の生活における課題を見付け、よりよく発育・発達するための生活の仕方について解決方法を考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p><指導すべき内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・体をよりよく発育・発達させるための生活には、体の発育・発達によい運動、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。 </div> <p>5 学習のまとめをする。</p>	③	②	<p>発言の観察 発言の観察 学習カードの記入</p>

9 本時の学習と指導(3/4)

(1) ねらい

思春期の体の働きや心の変化について、理解したことを生かし、自己の生活と比べたり、関連付けたりするなどして、思春期の体や心の変化への対応のしかたを考えて表現することができるようにする。〈思・判・表〉

(2) 準備

テレビ、ワークシート、掲示物

(3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (○指導 ◆評価規準)	
導入 5分	1 前時の学習の内容を確認する。	○体の見えるところ以外にも変化があるか児童に考えを出させる。	
	2 本時のねらいを確認する。		
思春期の体のはたらきや心の変化について話し合おう。			
展開 30分	3 女子・男子それぞれの体のはたらきの変化について知る。	○養護教諭と連携する。掲示物を活用して、理解を深める。 ○成長には個人差があることをおさえる。 ○心の変化にも個人差があることをおさえる。 ○アンケートを活用し、思春期の体や心の変化に悩んでいる人がいることを伝え、より自分に身近なこととして考えられるようにする。 ○自分だったらしてほしいことを考え、理由を書くことでより深く考えられるようにする。 ○お互いの意見を伝え合い、カードに記入する際、同じ意見は1枚にまとめるようにする。	
	4 思春期に起こる心の変化について確認する。		
	5 思春期の悩みへの対応の仕方について考える。		
	6 考えたことをグループで話し合う。		
	思春期の体や心の変化について、理解したことを生かし、自己の生活と比べたり、関連付けたりするなどして、思春期の体や心の変化への対応のしかたを考えて表現できる。 【思考・判断・表現】		
	△努力を要すると判断される状況(C)の児童への手立て ・自分ならどんな声掛けや行動をしてもらいたいか問いかける。		
	7 グループで出た意見を全体で共有する。	◎十分満足できると判断できる状況(A)の児童の具体的な姿 ・してほしい対応は人によって異なることに気付いている。	
	8 思春期の体のはたらきについてまとめる。	○意見を比べて、してほしい対応の相違点を見付け、考え方や感じ方にも個人差があることに気付かせる。	
まとめ 10分	9 本時の振り返りをする。	○体や心の成長の仕方だけでなく、考え方にも個人差があることを意識し、これからの生活でどのように過ごしていくかを考えて記入させる。	
	10 次回の学習内容を知る。		

10 板書計画

思春期の体のはたらきや心の変化について話し合おう。

絵

絵

してほしいこと

まとめ

思春期になると、わたしたちの体は大人の体に近づき、新しい命を生み出すためのじゅんぴが始まる。体だけでなく（心）にも変化があらわれてくる。変化の仕方や、あらわれる時期には（個人差）がある。考え方や感じ方にも個人差があるので、（相手の気持ち）を考えて行動することが大切。

