

第4学年 体育科(保健領域) 学習指導案

対 象：第4学年2組28名

1 単元名「体の成長」（もっと知ろう！！ 自分の心と体！！ 大修館）

2 単元の目標

知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
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できるようにする。	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、それを表現できるようにする。	体の発育・発達について健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進に進んで取り組むことができるようにする。

3 単元の評価規準

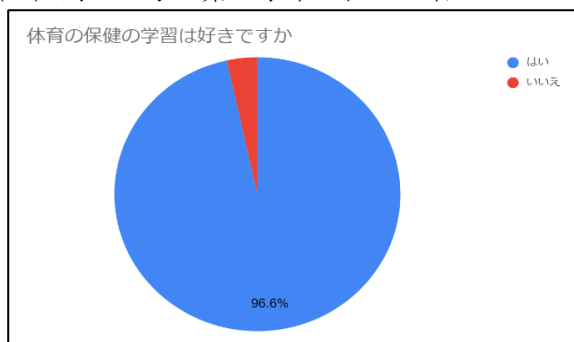
知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 身長や体重など年齢に伴う体の変化と個人差について理解したことを言ったり書いたりしている。 ② 思春期には、体つきに変化が起こり、人によって違いがあるものの男女の特徴が現れることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ③ 思春期には、初経、精通、変声、発毛が起こり、異性への関心も芽生えること、これらは個人差があるものの、大人の体に近づく現象であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ④ 体をよりよく発育・発達させるための生活の仕方には体の発育・発達によい運動、バランスのとれた食事、適切な休養及び睡眠などが必要であることについて、理解したことを行ったり書いたりしている。	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。 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、考えたことをワークシートなどに書いたり、発表したりして友達に伝えている。	① 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。

4 児童の実態

(1) 実施方法：Google Form

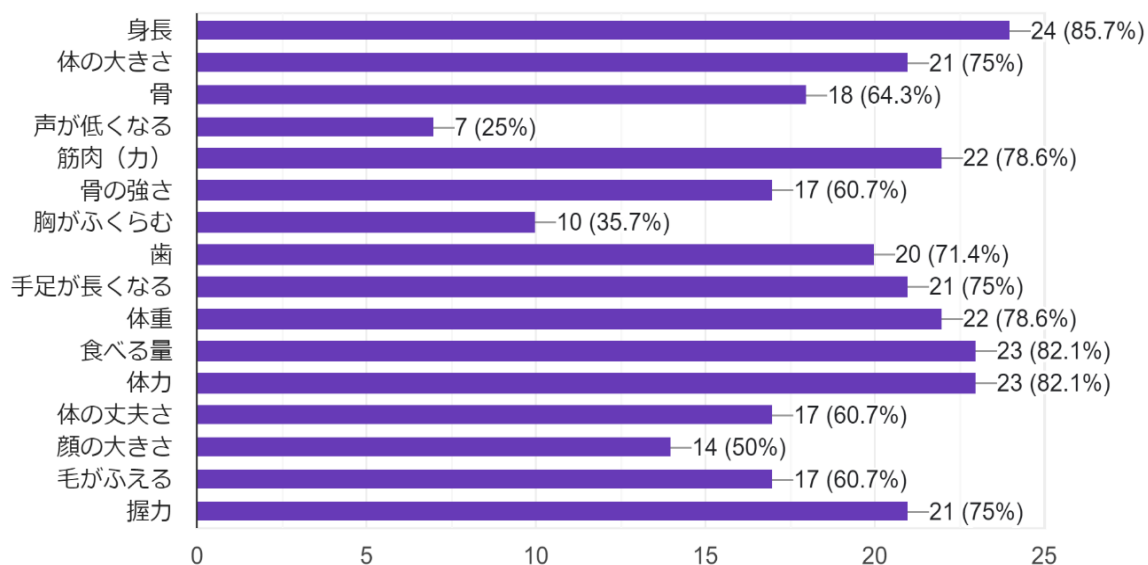
(2) 実施時期：6月上旬

(3) 対 象：第4学年2組28名

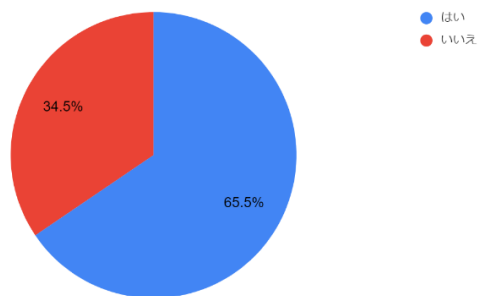


大人と子どもの体はどこがちがうと思いますか

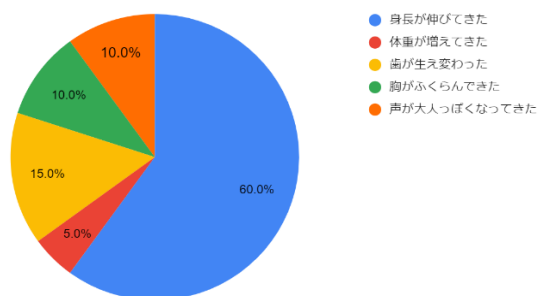
28 件の回答



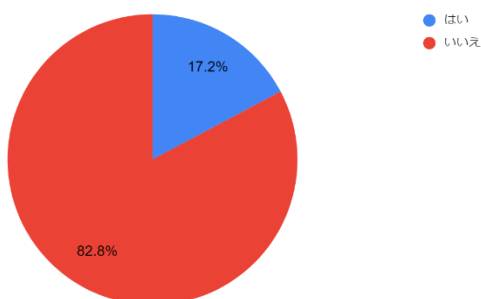
自分の体が大人に近づいてきたことを感じることはありますか。



(「はい」と答えた人) それはどんなとき・どんなことですか。

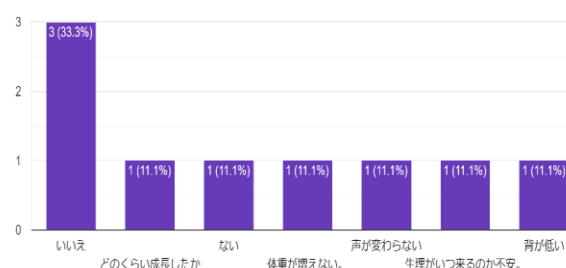


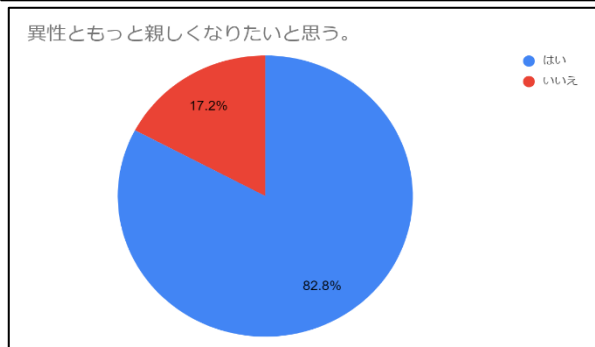
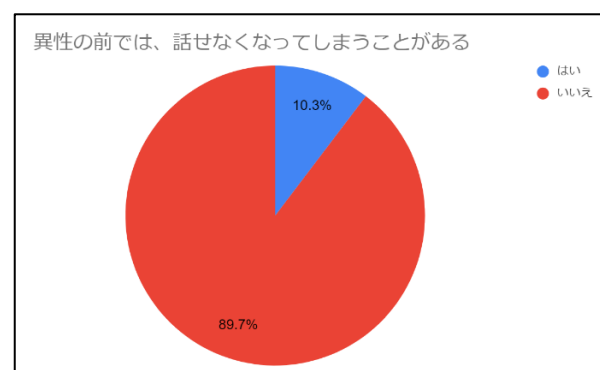
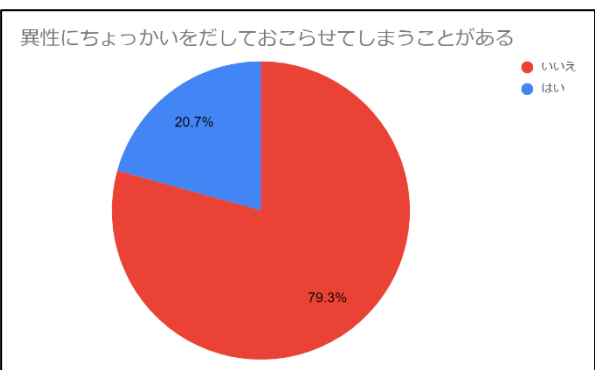
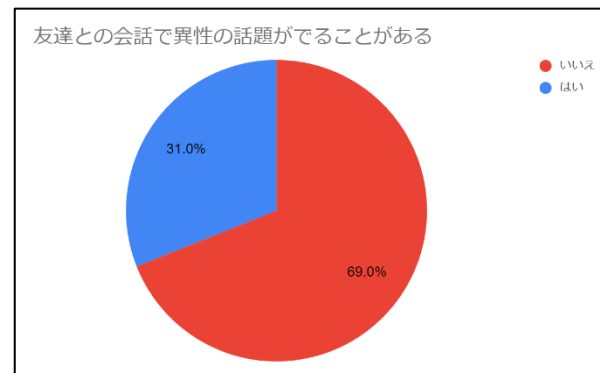
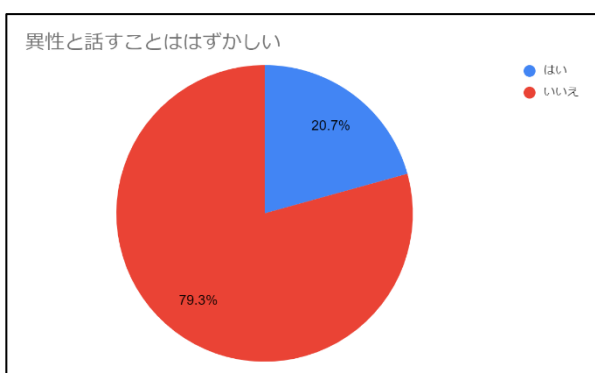
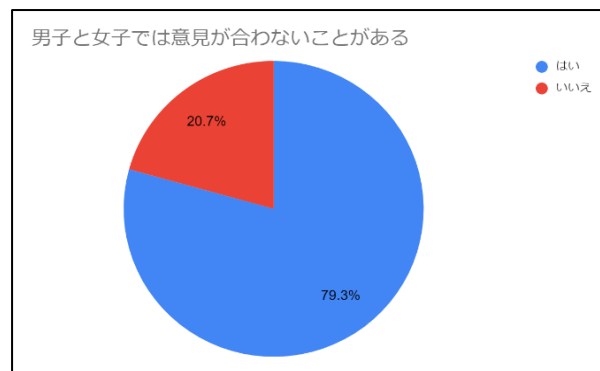
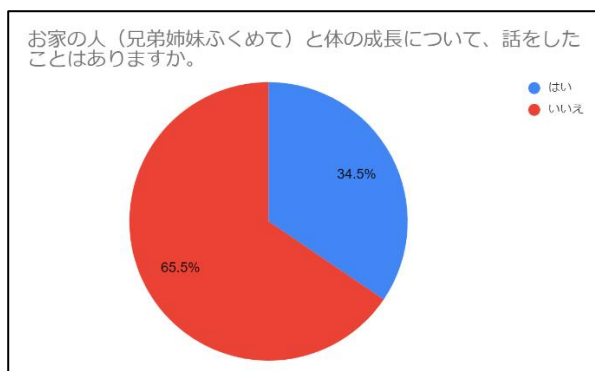
自分の体の成長について、考えたり、悩んだりすることはありますか。



(「はい」と答えた人) それについて何か不安に思ったり悩んだりすることはありますか。

9 件の回答





調査結果から、「体育の保健の学習は好きですか」で「はい」と答えた児童が約97%おり、保健の学習に意欲的な児童が多い。また、「大人と子どもの体はどこがちがうと思いますか」では、身長や体重など、目に見える部分の違いに注目している児童が多いことが分かった。「自分の体が大人に近づいてきたことを感じることはありますか」でも同じように目に見える部分に注目している児童が多く、自分の体の成長について実感を伴って感じている児童が多いことが分かった。

「自分の体の成長について、考えたり、悩んだりすることはありますか」では、全体の約82%の児童が「はい」と回答しており、自分の体の成長について悩んでいる児童は少ないことが分かった。しかし、「お家の人（兄弟姉妹ふくめて）と体の成長について、話をしたことはありますか」では、「はい」と回答した児童が約35%おり、家では体の成長について相談している割合が高いことから、本当は自分の体の成長に関心はあるが、声に出せていないことが考えられる。そこで本単元を学習することで「自分の体の成長」について考えさせていく。

また、「異性と話すことははずかしい」「異性の前では、話せなくなってしまうことがある」で「いいえ」と回答した児童はどちらも80%を超えており、異性であっても分け隔て無く接しようとしていることがうかがえた。しかし、「男子と女子では意見が合わないことがある」「友達との会話で異性の話題がでることがある」「異性にちょっかいをだしておこらせてしまうことがある」「異性ともっと親しくなりたいと思う」では、80%以上の児童が「はい」と回答しており、異性を意識していることが分かった。そこで、性別による体の発育・発達に違いがあること、異性への関心も芽生えることを児童が理解できるようにしていきたい。

5 教材観

本単元では、体は、年齢に伴って変化すること、体の発育には個人差があること、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、異性への関心が芽生えることを理解する。また、体をよりよく発育・発達させるためには、適切な運動・食事、休養、及び睡眠が必要であることを理解する。さらに、体をよりよく発育・発達させるための課題を見付け、その解決に向けて考え、それを表現することが重要と考える。

本時では、単元の導入として教員の乳児期の写真を提示し、担任がどれかを当てることで、目の前の担任も乳児の時があり、成長してきたことを児童が理解できるようにする。さらに、自分たちが生まれたころの平均体重の米袋を持つことで、自分たちはこんなに小さかったのにここまで成長してきたということを実感できるようにする。

展開では、児童の1年生から4年生までの発育測定の結果をデジタル教科書のシミュレーション機能を用いて可視化する。デジタル機器の活用による時間短縮を図るとともに、児童一人一人が確実に自分の身長伸びについて理解できるようにする。また、ワークシートにある6人の身長伸び方がそれぞれ違うことを提示することで、身長が大きく伸びた時期の違いや男女の伸び方には違いがあること、身長はいずれ伸びなくなることについて児童が着目できるようにする。さらに、学年の教員の成長の仕方のインタビュー動画を視聴させ、自分たちの身近な教員も成長の仕方は一人一人違うことを理解できるようにする。

まとめでは、本時の学習を振り返ると共に発育の仕方には個人差があり、児童が自己の発育を肯定的に捉えられるよう、担任の成長の話をする。

本単元では、保健の専門家である養護教諭と共に授業を進める。専門的な立場の養護教諭から話をするすることで、児童が、身長が伸びる時期は骨や筋肉なども発育するので体重も増えることや、よりよい成長には正しい生活習慣、良い食事が必要であることを理解できるようにする。

6 目指す児童像 「自分の体の成長について知り、体をよりよく成長しようとする子」

7 目指す児童像に迫るための手立て（本時に関わる手立て……★）

（1）これまでの自分との出会いの工夫

具体的な手だて	期待される児童の姿
児童が小学1年生から4年生までの身長を入力し、伸び方を確認する学習活動を設定する。……★	児童が自分自身の成長を振り返り、身長の伸び方は、年齢によって異なるということを実感する姿。

（2）生活を見つめ直し、自己を高めるための手立て

具体的な手だて	期待される児童の姿
担任と養護教諭が共に授業を行う……★	よりよく成長するために、必要なことを理解するとともに、これからの学習への意欲をもつ姿。
担任のクイズや学年の教員による成長の振り返り動画を見て、今までの自分の成長について振り返る。……★	身近な大人の発育の仕方を知り、体の発育には個人差があることを理解する姿。

8 単元計画

時		1 (本時)	2	3	4
学習活動		めあて わたしたちの体は、年れいとともにどのように変化していくのかまとめよう。 1 米の入った袋を持って、自分たちが生まれたときの体の大きさについて考える。 2 自分の今までの成長をグラフにまとめて整理する。 3 体の変化には個人差があることを考える。 4 体の発育についてわかったことをワークシートに記入する。	めあて 思春期には、体つきなどにどのような変化があらわれてくるのか考え伝え合おう。 1 大人に近づくにつれて、男女の体つきにどのような違いがあらわれるか考える。 2 思春期にあらわれる体の変化にはどのような者があるか調べ、整理する。 3 自分の成長を想像し、そのときに自分にどんな言葉を掛けるかワークシートに記入する。	めあて 思春期には、体の中にどのような変化が起こるのか考え伝え合おう。 1 思春期に起こる体にどのような変化が起こるか考える。 2 思春期の心の変化について考える。 3 学習したことを基に体の変化や心の変化に悩みがある人にどのような声を掛けたいかワークシートに記入する。	めあて 体をよりよく成長させるために、どのようなことに気を付けたらよいのか考え伝え合おう。 1 自分の普段の生活を振り返り、体をよりよく成長させるためにどのようなことに気を付けたら良いか考える。 2 運動は体の成長にどのような効果があるのか話し合い、分かったことをワークシートに記入する。 3 食事や睡眠はどのような役割があるのか調べる。 4 自分が体をよりよく成長させるために、気を付けたいことや実行していきたいことを、ワークシートに記入する。
	知・技	① 【ワークシート】	② 【ワークシート】	③ 【ワークシート】	④ 【ワークシート】
	思・判・表		① 【観察・ワークシート】		② 【ワークシート】
	主体的				① 【観察・ワークシート】

9 本時（4時間扱いの1時間目）

（1）本時の目標

- ◎ 体は年齢に伴って変化すること、また体の発育・発達には個人差があることを理解できるようにする。（知識および技能）
 - ・ 体の発育について何人かの身長伸び方を比べて、気付いたことを発表したり友達に伝えたりできるようにする。（思考力、判断力、表現力等）
 - ・ 体の発育について関心をもち、自他の身長伸び方について調べたり、友達と話し合ったりして進んで学習に取り組むことができるようにする。（学びに向かう力、人間性等）

（2）本時の展開

	○学習活動 ・予想される児童の反応	◇指導上の留意点 ◎評価【評価方法】
導入	○下赤塚小学校の教員が乳児期の写真を提示し、担任の写真がどれかを予想する。 ○生まれたときの平均体重と等しい重さの米を詰め込んだ袋を持って感想を伝え合う。 ・赤ちゃんって、こんなに重いんだ。 ・自分もこんなに小さかったんだな。 ○本時のめあてを確認する。 めあて：わたしたちの体は、年れいとともいどのように変化していくのかまとめよう。	◇自分たちの目の前にいる担任も乳児期があり、成長してきたことを理解し、人間の成長について関心をもつことができるようにする。 ◇3kg、50cm程度の米袋を4つ用意し、児童全員が持てるようにする。 ◇自分たちが生まれたときの体重であることを予め伝え、自分たちの生まれたときの体重を実感できるようにする。 ◇自分たちが生まれたときは小さく、今まで無事に成長してこられたことを感じられるようにする。
展開	○デジタル教科書のグラフ作成ソフトを活用し、自分の1年生から4年生までの身長をタブレットに入力し、グラフを作成する。 ○自分の身長伸び方について気付いたことを発表する。 ・1年生から2年生の間が一番伸びた。 ・一番伸びている時期が人によって違う。 ・人によって伸び方に違いがある。 ○ワークシートの6人の身長伸び方を見て、成長の仕方を比べ、気付いたことをワークシートにまとめる。 ・人によって伸び方が違う。 ・女子の方が早く身長が伸びている。 ・男子の方が身長が伸びる時期が長い。	◇身長伸び方は年齢によって違うことをおさえる。 ◇身長の数値ではなく、伸び方に注目させる。 ◇グループで考えさせることで、人によって伸び方が異なることに気付くことができるようにする。 ◇人によって身長が大きく伸びた時期の違いや男女の伸び方には違いがあることを理解できるようにする。 ◎体の発育について何人かの身長伸び方を比べて、気付いたことを発表したり友達に

	○教員のインタビュー動画を視聴する。 ・先生によって成長の仕方が全然違う。 ○第4学年の教員の乳児、9歳、15歳、現在の写真と身長伸び方を見て考える。 ・先生たちも昔は小さい。 ・○○先生は○○さんと成長のしかたが似ている。 ○身長と体重のつながりや体の発育、骨や筋肉の発達について養護教諭の話を聞く。	伝えたりしている。(思考力・判断力・表現力①)【観察・ワークシート】 ◇児童の身近な大人も、身長伸び方に個人差があることをおさえる。 ◇教員の写真を見せることで、成長の仕方には個人差があることを実感を伴って理解できるようにする。 ◇体重が増えることは当たり前のことであり心配しなくてもよいこと、よりよく成長するために、生活習慣が大切であることを理解できるようにする。
まとめ	○ワークシートを活用してまとめをする。 ・身長伸び方は人によって違う。 ・身長伸びる時期は骨や筋肉も発達し、体重も増える。 ・発育の仕方には個人差がある。 ○振り返りをワークシートに書く。 ・身長伸び方は人によって違い、先生もきちんと成長していることが分かった。 ・男女によって身長伸び方に違いがあることが分かった。 ・よりよい発育のためにはバランスの良い食事が大切だ。	◎体は年齢を伴って変化すること。また、体の発育・発達には個人差があることを理解できるようになる。(知識および技能①)【ワークシート】

(3) 板書計

育ちゆく体の変化			
めあて：わたしたちの体は、年れいとともにどのように変化していくのかまとめよう。	6人の成長の変化の掲示物		
(身長伸び方を見て気づいたこと) ・毎年伸びている。 ・年によって伸びる長さが違う。 ・2年生から3年生の間が一番伸びた。 ・1年生から2年生の間が一番伸びた。	① ・同じように伸びていない。	② ・ちがう ・ひとりひとりちがう	③ ・女子の方が早くのびる。 ・男子は14歳からものびる。
ふり返り ○今日のねらいについて学んだこと ○体の発育で、もっと学びたいこと			

<成果>

- 導入で教員の幼児期の写真を提示することにより、児童の意欲を高めることができた。
- 児童一人ひとりが自分の一年間の身長伸び方を知ること、発育を実感することができた。
- また、身長伸び方は一人ひとり違うことを理解することができた。
- 学年の教員のインタビュー動画を流すことで、児童の身近な大人も、身長伸び方に個人差があることを理解することができた。
- 養護教諭の話聞くことで、体重が増えることは当たり前のことであり心配しなくてもよいこと、よりよく成長するために、生活習慣が大切であることを理解できた。
- 振り返りでは、自分の発育について肯定的な意見が多く見られた。

<課題>

- 内容が多く、時間に追われてしまうことがあった。
- 導入にもっと時間を掛けることができるとより児童の興味・関心をひくことができた。
- 養護教諭との連携がないと成り立たない授業であった。