

# IV 学習指導実践事例

## 1 実践事例 1 <保健教育> (桶川市立加納小学校)

第4学年2組 体育科 (保健領域) 学習指導案

令和3年10月22日 (金) 第5校時 体育館  
 男子17名 女子15名 計32名  
 桶川市立加納小学校 教 諭 宮本大介 (T1)  
 主幹教諭 高橋陽太 (T2)

### 1 単元名「体の発育・発達」

### 2 単元について

本単元は、一般的な現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しかたについて理解できるようにすることをねらいとしている。具体的には、①身長や体重など、体は年齢に伴って変化すること、②思春期には体つきに変化が起こり、男女の特徴が現れること、③思春期には、初経・精通が起こり、異性への関心が芽生えること、④体をよりよく発育・発達させるためには、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を学ばせていく。

指導に当たっては、自分の体の変化を肯定的に受け止め、背の高さや体格も個性の一つとして捉えさせることによって、自分や他の人を大切にする気持ちを育てたい。この時期は、思春期の体の変化が現れていない子供がほとんどである。そのため、個人による発育の違いに気づかせ、これから起こる心や体の変化に対して、不安を抱かせないように指導し、これからの発育への展望を持たせたい。

### 3 児童の実態

#### (1) 一般的な児童の実態

本学級の児童は、男子17名、女子15名の合計32名で、学習に意欲的に取り組める児童が多い学級である。児童同士の関わりについては、ペア活動やグループ活動などの学習には分け隔てなく取り組めるものの、休み時間などにおいて男子は男子同士、女子は女子同士、さらに女子は気が合うもの同士でまとまりを作る傾向がある。少しずつ男女の差に気づき、それを意識しつつあるように感じる。男女それぞれの発育・発達には違いがあることを理解し、お互いを尊重し合えるような指導を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3年10月1日 (金) 実施

	はい	いいえ
1 保健の学習は好きですか?	22	9
2 健康は大切だと思いますか?	31	0
3 おとなとこどもの体は、どこが違うと思いますか?	/	
身長、体重、食べる量、骨の大きさ、骨の太さ、骨の数、力、髪の毛、能力		
4 自分の体がおとなに近づいていると感じることはありますか?	20	11
4-1 それはどんなときですか?	/	
歯が抜けたとき、大人の歯が生えたとき、身長が伸びたとき、体重が増えたとき、生理が来たとき、成長痛 毛が生えてきたとき、胸が膨らんできたとき、できないことができたとき、誕生日、新学期を迎えた時 服が小さくなったとき、くつが小さくなったとき		
4-2 それについて何か不安に思ったり、なやんだりすることはありますか?	12	19
5 お家の人と自分の体の発育について話をしたことがありますか?	31	0
6 異性と手をつなぐのは平気だ	19	12
7 男子と女子で意見が合わないことがある	26	5
8 異性と話すことははずかしい	4	27
9 友達との会話で、異性の話題がでることがある	18	13
10 異性にちょっかいをだしておこられたことがある	14	17
11 異性の前では話せなくなってしまうことがある	6	25
12 異性ともっと親しくなりたいと思う	23	8
13 自分の体の発育について学習することは大切である	30	1

事前アンケートの結果から、自身の健康については全ての児童が、発育についてもほぼすべての児童が大切だと感じている。その中で、自分の体の変化に気付いている児童は半数以上おり、一方でそのことを不安に思ったり悩みとしてとらえたりしている児童は未だ少ないということも分かった。また、思春期の異性に対する心の変化には、気づきのある児童が多い。

本単元では、体の発育と心の変化が密接に関わっていることにも触れながら、児童一人一人に自分の体や心を見つめさせることにより、これまでとこれからについて肯定的に受け止められることができるよう、正しい知識やそれを活用する資質・能力を身につけさせたい。

#### 4 教師の指導観

保健領域においては、基礎的・基本的な知識を正しく身に付けること、今ある知識や身に付けた知識を生かして、思考を促すことの相互活動によって「学習内容の定着」「実感の伴った理解」に結び付くと考えられる。そのために、以下の具体的な手立てを講じる。

- ・児童にアンケートをとり、実態を把握する。その結果を踏まえ、児童の実態に即した学習活動の工夫により、体や心の変化を身近なものとして捉え、主体的に学習に取り組むことができるようにする。
- ・学習内容を効果的に理解させるために、担任や養護教諭と連携し TT で授業（第1時、第3時）を行う。養護教諭との連携は、体の発育・発達について養護教諭の専門性を十分に活用した展開とすることはもとより、本授業をきっかけに、この時期から少しずつ訪れる思春期の変化とともに児童に生じる悩みを養護教諭へ相談しやすくすることにつなげる。
- ・対話的な活動を意図的に取り入れることにより、児童が思考し、課題解決につなげていけるようにする。
- ・児童の実感を伴った理解につなげるために、入学時から現在までの各自の身長伸びを紙テープで示し、グラフに表したり、身近な人の体験談を紹介したりするなどの工夫をする。
- ・学習内容を定着させるために、知識の確認や児童の思考を整理することができるよう、学習カードを工夫する。

また、学習を進めていくうえで、学習形態の工夫改善を図った。本時は、担任と本委員会の委員との TT で授業を行う。当初は TT ではなく、委員のみでの授業も検討したが、

- ・本単元が児童にとってこれまででない体の変化について学ぶ時間であること。
- ・自分の体の変化を肯定的に受け止め、自分や他の人を大切にす気持ち育てたいこと。
- ・これから起こる心や体の変化に対して、不安を抱かせないように指導し、これからの発育への展望を持たせたいこと。

以上の点を考慮し、児童にとって安心できる環境での学習形態がふさわしいと考え、担任と委員との TT で授業を行うということにした。

#### 5 単元の目標

- (1) 年齢に伴う体の変化と個人差、思春期に起こる体の変化、体をよりよく発育・発達させるための生活のしかたについて理解することができるようにする。 【知識】
- (2) 体の発育・発達について、自分の成長を振り返りながら課題を見つけ、これからの自分の生活を予想しながら、その解決を目指して思考し判断するとともに、それらを表現することができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】
- (3) 体の発育・発達について関心をもち、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。 【学びに向かう力、人間性等】

#### 6 評価規準

	単元の評価基準
知識技能	①体は、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、資料や友だちの話などを基に課題を見付けているとともに、その解決方法について考えたことを学習カードに書いたり、発表したりして友達に伝えている。 ②体の発育・発達について、学習したことを自分の成長や生活と比べたり、関係を見付けたりするなどしたことを書いたり、説明したりしている。
主体的に学習に取り組む態度	①体の発育・発達について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。 ②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に進んで取り組もうとしている。

7 単元の指導と評価計画（全4時間） 本時は第1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"> <li>・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。</li> <li>・発育・発達の傾向やしかたには個人差があることを自分の言葉で表現できる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 わたしは誰でしょうクイズをする。</li> <li>2 1年毎の身長伸びを示した紙テープを学習カードに貼る。</li> <li>3 友達と比較して気付いたことを話し合う。</li> <li>4 いくつかの身長伸びを示したデータ資料で、身長伸び方について考える。</li> <li>5 身長が急に伸びる時期や変化する量は一人一人違うことを知るとともに、体重も増えていくことを知る。</li> </ol> <p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・身長や体重は、年齢に伴って変化すること。</li> <li>・体の変化には個人差があること。</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>6 体の発育・発達に関する悩みについて、適切なアドバイスを考え、発表する。</li> <li>7 学習のまとめをする。</li> </ol>				<p>①</p> <p>発言の観察 学習カードの記入</p> <p>①</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"> <li>・体の発育・発達について、学習したことを自分の成長や生活と比べたり、関係を見付けたりするなどしたことを書いたり、説明することができる。</li> <li>・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することができる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 シルエットクイズを行い、男女の体つきの違い（体の外側の変化）について考える。</li> <li>2 体つきキーワードゲームをしながら、思春期に起こる変化について話し合う。</li> </ol> <p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・思春期には、変声、発毛が起こること。</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>3 データ資料をみて、体の変化が起こる時期については、個人差があることを知る。</li> </ol> <p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・個人によって早い遅いがあるものの誰にでも起こる、大人の体に近づく現象であること。</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>4 自分の成長を想像する。</li> <li>5 成長について個人差を感じた体験談を聞く。</li> <li>6 学習のまとめをする。</li> </ol>				<p>②</p> <p>発言の観察 学習カードの記入</p> <p>②</p> <p>発言の観察 学習カードの記入</p>

3	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体の発育・発達について、資料や友だちの話などを基に、課題や解決の方法を見つけたり選んだりするなどして、それらを説明することができる。</li> <li>・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することができる。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 声当てクイズを行い、体の中の変化について考える。</li> <li>2 初経や精通について知る。</li> <li>3 体の中に起こる変化について考える。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・思春期には、初経、精通が起こること。</li> <li>・個人差があるものの、大人の体に近づく現象であること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>4 事例（隣の異性と手をつないでみよう）をもとに、思春期には、異性への関心が芽生えることを知る。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・思春期には、異性への関心も芽生えること。</li> <li>・個人差があるものの、大人の体に近づく現象であること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>5 学習のまとめをする。</li> <li>6 学習した内容を活用し、将来の自分へのメッセージを考える。</li> </ol>	③		①	<p>発言の観察 学習カードの 記入</p> <p>学習カードの 記入</p>
4	<p>I ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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活動に進んで取り組もうとすることができる。</li> <li>・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。</li> </ul> <p>II 学習活動</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 よりよく発育・発達するために必要なことを話し合う。</li> <li>2 給食の献立から、体がよく育つために必要な食べ物について調べる。</li> <li>3 よりよい成長に必要な運動の仕方について話し合う。</li> <li>4 休養と睡眠の役割について資料で調べる。</li> <li>5 学習したことを自分の生活に当てはめて課題を見付け、これからの生活の仕方について、解決方法を考える。</li> </ol> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>&lt;指導すべき内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・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が必要であること。</li> </ul> </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>6 学習のまとめをする。</li> </ol>	④		②	<p>発言の観察 学習カードの 記入</p> <p>発言の観察</p>



8 本時の学習と指導 (1 / 4)

(1) ねらい

- ・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ようにする。 【知識】
- ・発育・発達の傾向やしきたりには個人差があることを自分の言葉で表現できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】

- (2) 資料及び準備するもの 教科書、新生児の人形、提示資料、ワークシート  
 (3) 展開

時間	学習内容・学習活動	指導上の留意点 (指導○ 評価◆)	
		T 1 担任	T 2 主幹教諭
導入 5分	1 わたしは誰でしょうクイズを行う。 	T 1 ○児童の幼少の頃の写真を提示し、これまでの発育について捉えさせる。	T 2 ○「大きくなったね」や「どこが大きくなったんだろう」など、本単元に関わる問いかけをする。
	2 新生児の人形を見たり触れたりしながら、今の自分との違いや発育について発表する。 C: 体が大きくなった。 C: 手足が伸びた。 	T 1 ○人形と自分を比較させることで、自身の発育をより実感させる。	T 2 ○抽象的な発育のとらえではなく、身長や手足の大きさなど、具体的な発育に着目させる。
	3 本単元で学習することを理解し、見通しをもつ。		
展開 30分	4 本時の学習のねらいを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">私たちの体は、どのように変化しているのだろうか。</div>		
	5 紙テープ (入学時から4年生までの身長の伸びの合計の長さ) を配り、自分の発育を確認する。	T 1 ○線が2本引いてあること、一人一人の長さが違うことに着目させる。	T 2 ○入学時から4年生までの身長の伸びの合計であることを伝える。 
	6 紙テープを切り分け、身長伸びのグラフを作り、それぞれの発育の変化について話し合う。  C: 僕は1年生から2年生までぐんと伸びた。 C: 私は毎年同じくらい伸びている。 C: 自分と友達とで、伸び方が全然違う。	T 1 ○グラフのつくり方を伝える。 ・テープの下から順番に切っていくこと。 ・グラフ台紙に、切った紙テープを順番に貼ること。	T 2 ○自分と友達とで比べ、どんな発育の違いがあるのかを話し合わせる。 T 2 ○比べさせる際、誰の身長が高いかではなく、個々の伸びを比較することを押さえる。また、違いを肯定的に受け止められるよう助言する。
	7 それぞれの発育には個人差があることを知る。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">対話的活動から知識を習得する場面</div>    	T 1 ○資料を示し、発育には個人差があることを全体で共有させる。	T 2 ○発育には個人差があることを伝える。 ○「個人差」という言葉を知らせる。 ○グラフから発育がさかんな時期が2回あること、その時期を一人一人が迎えることにも触れる。
		◆体は、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について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【知識】	
		「努力を要する」状況 (C) と判断された児童への手立て ・自分と友達と同じグラフでないことに着目させ、発育の違いに気づかせる。	

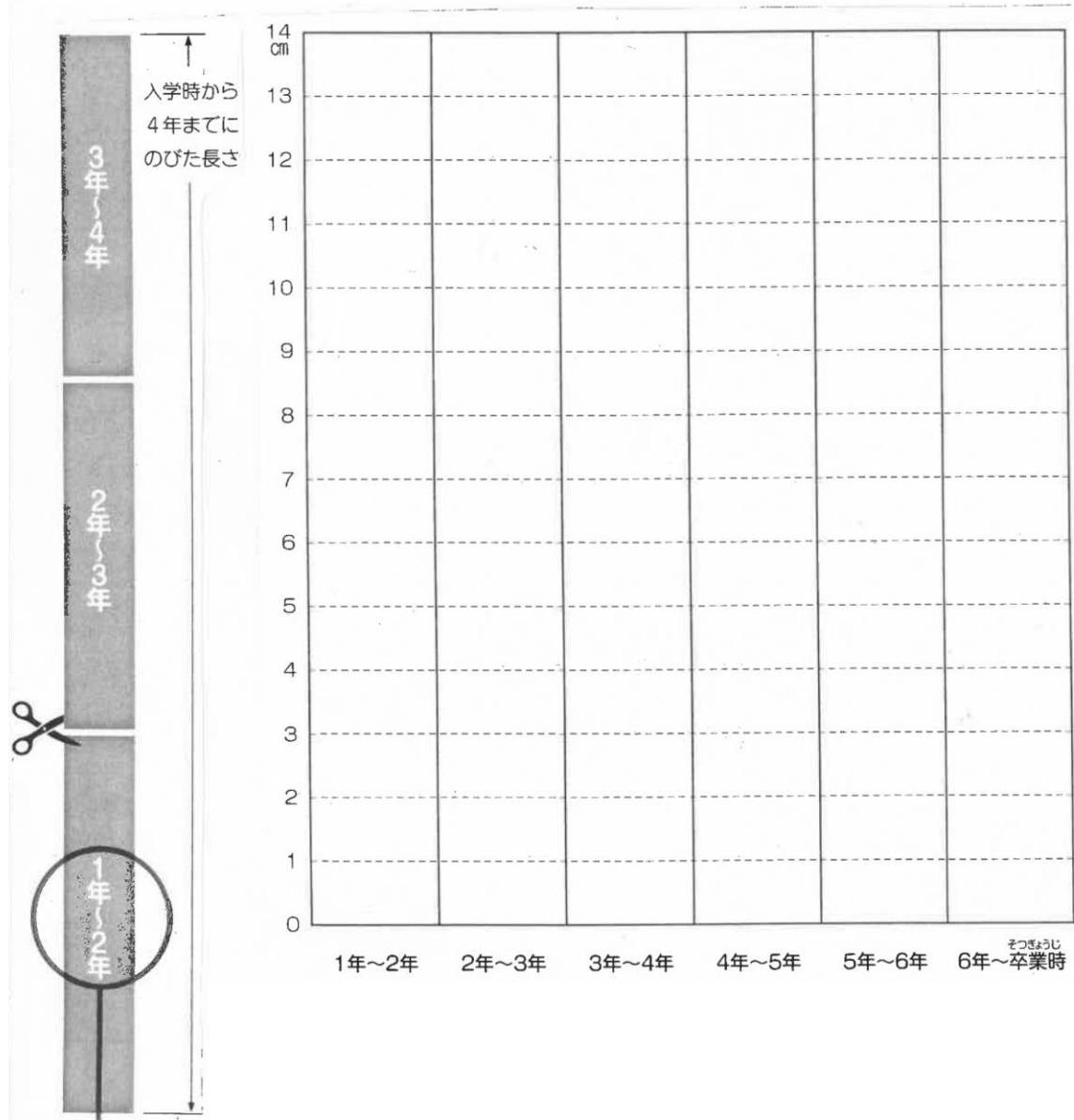
	<p>8 体の発育・発達に関する悩みについて、適切なアドバイスを考え、発表する。</p> <p>ケース1：身長が低くて悩んでいる。          ケース2：友達に身長が抜かれたことを気にしている。          ケース3：3年の頃があまり伸びなかった。</p> <p style="text-align: center;"><b>習得した知識を活用する場面</b></p> 	<p>T1 ○いくつかのケースを示し、本時で学んだことを基に、解決方法を考えるよう伝える。</p> <p>◆体の発育・発達について、学習したことを自分の成長や生活と比べたり、関係を見付けたりするなどしたことを書いたり、説明したりしている。【思考・判断・表現】</p> <p>「努力を要する」状況 (C) と判断された児童への手立て          ・授業内容や板書をふり返り、適切にアドバイスできるよう促す。</p> <p>T2 ○児童の記述から意図的に指名し、適切なアドバイスを共有する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>友達の身長がのびてねがされても、だいじょうぶだよ。身長がのびる長さは、人それぞれなんだから、しんばいすることないよ。</p> </div>
<p>まとめ 10分</p>	<p>9 学習のまとめをする。</p> <p>◆今日の学習のふりかえりをしよう。</p> <p>○(身長) は、年れいとともにものびる。          ○発育のしかたには、(人差) がある。</p> <p>◆これからわかる体の変化について、今の自分の気持ちを書いてみよう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>「人差」と言う言葉を知って、もしあまりのびなくなると、不安にならなくていいんだと思って、わたしも少し安心しました。</p> </div> <p>◆これからわかる体の変化について、今の自分の気持ちを書いてみよう。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>わたしは、もし、このようなしんばいしている人がいたら上のように声をかけてあげたいです。</p> </div>	<p>T1 ○学習カードに、自分の体がどのように発育しているのか、学んだことをまとめさせる。</p>  <p>T2 ○児童の発言やアンケートの記述から、身長以外の外見上の変化について触れ、次時につなげる。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>これから身長がのびなかつたらどうしようかと思、てたけど身長には人差があるときいて少しほ、としました。</p> </div>
	<p>10 身長以外にも、変化していることがないかを考える。          C：体重。          C：体つきの様子。</p>	


9 板書計画


<p>私たちの体は、どのように発育しているのだろうか。</p>				
写真	写真	個人 (棒グラフ) 身長伸びのグラフ	平均 (折れ線グラフ) 身長伸びのグラフ	まとめ ・身長は、年れいとともにものびる。 ・体の成長のしかたには、個人差がある。
写真	写真			

私たちの体は、どのように変化しているのだろうか。

◆ 1年間の身長のおびをグラフに表そう。



 自分のグラフを見て、気がついたこと

 友達とくらべて、気がついたこと

◆なやんでいる友達に、どんな言葉をかけたらいいか考えよう。

あ～あ。  
ぼくは、まわりの友達とくらべて、  
背が低いんだよなあ。



<あなたからの メッセージ>



A large speech bubble containing five horizontal lines for writing. The word "より" (yori) is written at the bottom right of the bubble.

◆今日の学習のふりかえりをしよう。

○ ( ) は、年れいとともにものびる。

○発育のしかたには、( ) がある。

◆これからむかえる体の変化について、今の自分の気持ちを書いてみよう。

A large rectangular box divided into five horizontal sections for writing.