

体育科学習指導案

河内町立河内西小学校

指導者 教諭 船附 明

養護教諭 鹿田 千鶴子

1 実施日 平成16年1月30日

2 学年 第4学年 20名

3 単元名 育ちゆく体とわたし

4 単元について

近年、児童の発育・発達は、早期化の傾向にあり、この年齢の児童は、少しずつ異性への関心が芽生え始めると共に、男女それぞれの体に変化が生じる思春期の入り口にある。

本単元では、これから大人の体へと変化していく児童に、体の発育・発達のメカニズム、体をよりよく発育・発達させるために必要な生活の仕方を理解させると同時に、体と心の深いつながりに気付かせ、思春期の体の変化や異性への関心が芽生えることに対しての理解を深めさせることをねらいとしている。

本学級は、休憩時間に運動する児童が限られており、室内で過ごす児童が多い状況にある。食生活については、運動量の少ない児童は食が細く、給食にも時間を要し、残すこともある。体格的にも、体形の細い児童が目立ち、食との関係も深いと思われる。日常生活においては、生活が不規則で、睡眠や休養も不十分となりがちな児童が多い。健康に関する知識は、学校や家庭である程度知ってはいるものの、毎日の生活が、自分の体と深く結びつくことについてはあまり理解できていない。

指導にあたっては、自分の身長・体重を調べ、グラフ化することにより、身近な生活から課題意識を持つことができるよう工夫する。また、課題を解決するための客観的な資料を準備する。さらに、探求し、調べた結果を整理し、お互いの気付きを発表したり、話し合いの活動を取り入れたりして、自他の違いや個人差について肯定的に受け止めることや、成果を共有し合えるようにさせたい。

5 単元の目標

- (1) 体は、年齢に伴って変化すること。また、体をよりよく発育・発達させるためには、調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であることを理解できるようにする。
- (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。また、異性への関心も芽生えることについて理解できるようにする。

6 単元の評価基準

健康・安全への 関心・意欲・態度	健康・安全についての 思考・判断	健康・安全についての 知識・理解
体の発育・発達について、 進んで課題を調べたり、わ かったことを発表したり、 友達の発表を真剣に聞い たりしようとしている。	体の発育・発達について、自 分の成長を振り返りながら 課題を設定し、これからの自 分の生活を予想しながら、よ りよい発育・発達を目指して 解決の方法を考えたり、判断 したりできる。	体の発育・発達の現象や思 春期の変化を理解をし、体 をよりよく発育・発達させ るための生活の仕方を理 解し、知識を身に付けてい る。

7 学習活動における具体的評価規準

ア 健康・安全への 関心・意欲・態度	イ 健康・安全についての 思考・判断	ウ 健康・安全についての 知識・理解
<p>体の発育・発達について、 今までの自分の成長を見 つめながら、課題を見つ けようとしている。</p> <p>教師や友達と共に体験活 動に取り組んだり、教科 書などの資料を読んだり して課題について調べよ うとしている。</p> <p>体の発育・発達について、 健康に関する友達の意見 を聞いたり、自分の考え や意見を発表しようとし ている。</p>	<p>体の発育・発達について自分 の成長や資料などをもとに 課題を見つけることができ る。</p> <p>体の発育・発達の仕方や、食 事、運動、休養、及び睡眠に ついて教科書などの資料を もとに予想したり、関係を見 つけることができる。</p> <p>思春期の体の変化を肯定的 に受け止め、自己理解や友達 の理解とつなげて考えるこ とができる。</p>	<p>体の発育・発達の一般的 な現象や思春期の体の変 化について理解し、知識 を身に付けている。</p> <p>体の発育・発達、思春期 の体の変化には、個人差 があることを理解し、知 識を身に付けている。</p> <p>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、知識を 身に付けている。</p>

8 指導計画および評価計画（全4時間）

次	学習内容（時数）	評 価			国語科（書くこと）との関連	
		関	考	知		
1	<p>体の発育・発達と食事，運動などの大切さ （2）</p> <p>自分の体の発育・発達について調べる。</p> <p>* 1年生から4年生までの身長・体重をグラフにする。</p> <p>これからの発育・発達について考える。</p> <p>* 0歳から大人になるまでの平均身長，平均体重のグラフから気付いたことを発表する。</p>				<p>自分の体の発育について関心を持ち，グラフから体の発育・発達についての気付きを発表しようとしている。（学習カード）</p> <p>これからの発育・発達の仕方について，資料をもとに予想し，関係を見つけることができる。</p> <p>（学習カード）</p> <p>体の発育・発達は，年齢に伴って変化することがわかる。（発言）</p>	<p>自分の成長に対する思いや願いを書く。</p>
	<p>本時2 / 2</p> <p>今日の給食の献立をもとに，材料に何が入っていたかを出し合う。</p> <p>* 材料を分類する。</p> <p>体の発育・発達と食事及び運動・睡眠との関わりについて考える。</p> <p>* 学習ノートに記入する。</p>				<p>自分の生活調べから，自分の課題を見つけようとしている。</p> <p>給食の献立に何種類の材料が使われているかを見つけ，心身にとってより良い食事のあり方に関心をもつと共に自分の課題を見つけることができる。</p> <p>体の発育・発達は，食事・運動・睡眠と深い関わりがあり，体をよりよく発育・発達させるために生活の仕方について知っている。</p> <p>（学習カード）</p>	<p>自分の食事を振り返り，課題を整理して，気付きや理解した事をまとめ，今後の生活の仕方について書く。</p> <p>（個人の書く力のレベルにそった評価基準を設定する。）</p>

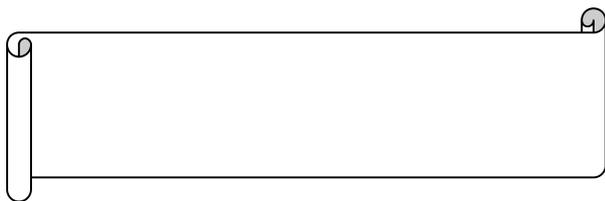
(5) 学習の展開

学 習 活 動	指導上の留意点(教師の支援)		評価基準(評価方法)	国語科(書くこと)との関連
	養護教諭(T1)	担任(T2)		
1 学習のめあてを確認する。		前時を振り返る。		
すくすく育つためには、どんなことに気を付けたらいいのだろう。				
2 献立の中に何種類の材料が入っているか考える。	・給食の献立を示して、その中に入っている材料を考えるように説明する。		ア (観察)	
3 教師と一緒に材料を確認する。 材料がどこに分類されるか発表する。	・材料を確認しながら、黒板に貼っていく。 ・材料が体の何を作っているか分類する。 ・育ち盛りに特に必要なものについて説明し、自分に不足しているものについて、考える。 (ワークシート No1より)	普段発表できにくい児童が発表できるようサポートする。 アドバイスの必要な児童への支援をする。	イ (発表)	
4 すくすく育つために、他にも必要なものはないか考える。(睡眠や運動にも必要であることを知る。)	自分を振り返り(ワークシート No2より)睡眠や運動との関係について説明する。	睡眠のメカニズム(成長ホルモン)について説明する。	ウ (ワークシート)	
5 学習のまとめをする(健康に過ごすために実行するめあてをもつ)。次時の予告をする。	まとめの観点項目を説明する。 ・すくすく育つために、体に必要なものは何か。 ・これから自分がやろうと思うことは何か。	文章に書くことが苦手な児童には、書くポイントを示す。	観点項目に従って書いているか。 (学習カード)	学習カードにまとめてわかりやすく書く。

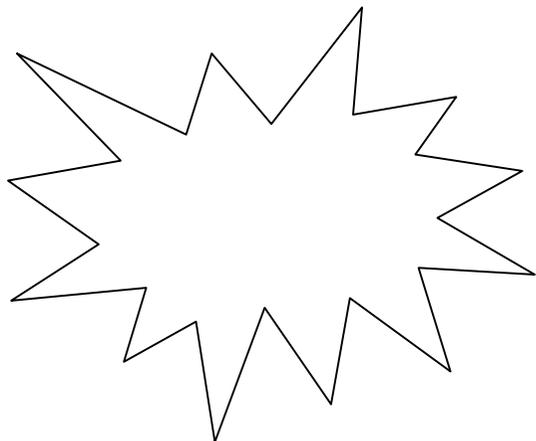
食べ物のすききらいアンケート

年 番 なまえ

1 あなたのすきな食べ物は何か？



2 あなたのきらいな食べ物は何か？



すくすく育てわたしの体

No.1

年 番 なまえ

1 今日食べた、こんだてについて、考えてみましょう。(1月9日)

朝食のこんだて	給食のこんだて	夕食のこんだて

2 それぞれの中には、どんなものが入っていましたか？(れい・米・にんじん)

朝 食	給 食	夕 食

3 今日1日、何種類の食品を食べましたか？数えてみましょう。

合計 ()種類 (同じ食品は、1種類に数えましょう。)

すくすく育てわたしの体

No.2

年 番 なまえ

自分の1週間の生活調べを、してみましょう。

(毎日、わすれず記入しましょう。)

日	13	14	15	16	17	18	19
曜	火	水	木	金	土	日	月
遊びや、運動の内容							
ねた時こく							
次の日の おきた時こく							
すいみん時間							

自分の1週間をふりかえて、どう思いましたか？

うんどう

すいみん

これから自分は、どんなことに気をつけて行こうと思いますか？

うんどう

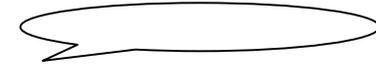
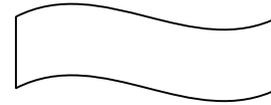
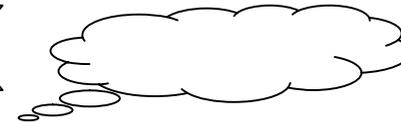
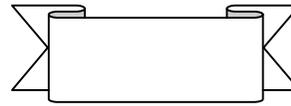
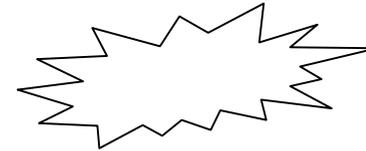
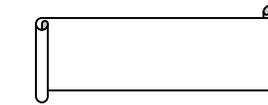
すいみん

すくすく育てわたしの体

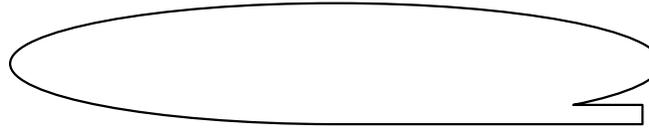
No.3

1 育ちざかりに特に
たいせつなものは
何ですか？

それは、どんなものにたくさん
ふくまれていますか？



2 今日の学習で、すくすく育つために、毎日どんな生活をしたらよいと思いますか？



3 今日から、実行しようと思うことを書きましょう。

