

令和元年度 東京都小学校体育研究会 保健領域部会

東京都小学校体育研究会 研究主題

三つの資質・能力の関係性を明確にし、
運動や健康についての課題に
主体的・協働的に取り組む児童の育成



【実証授業】

授業日：令和元年10月4日（金）午後1時40分

会場：中央区立佃島小学校 体育館

単元名：第4学年 保健「体の発育・発達」

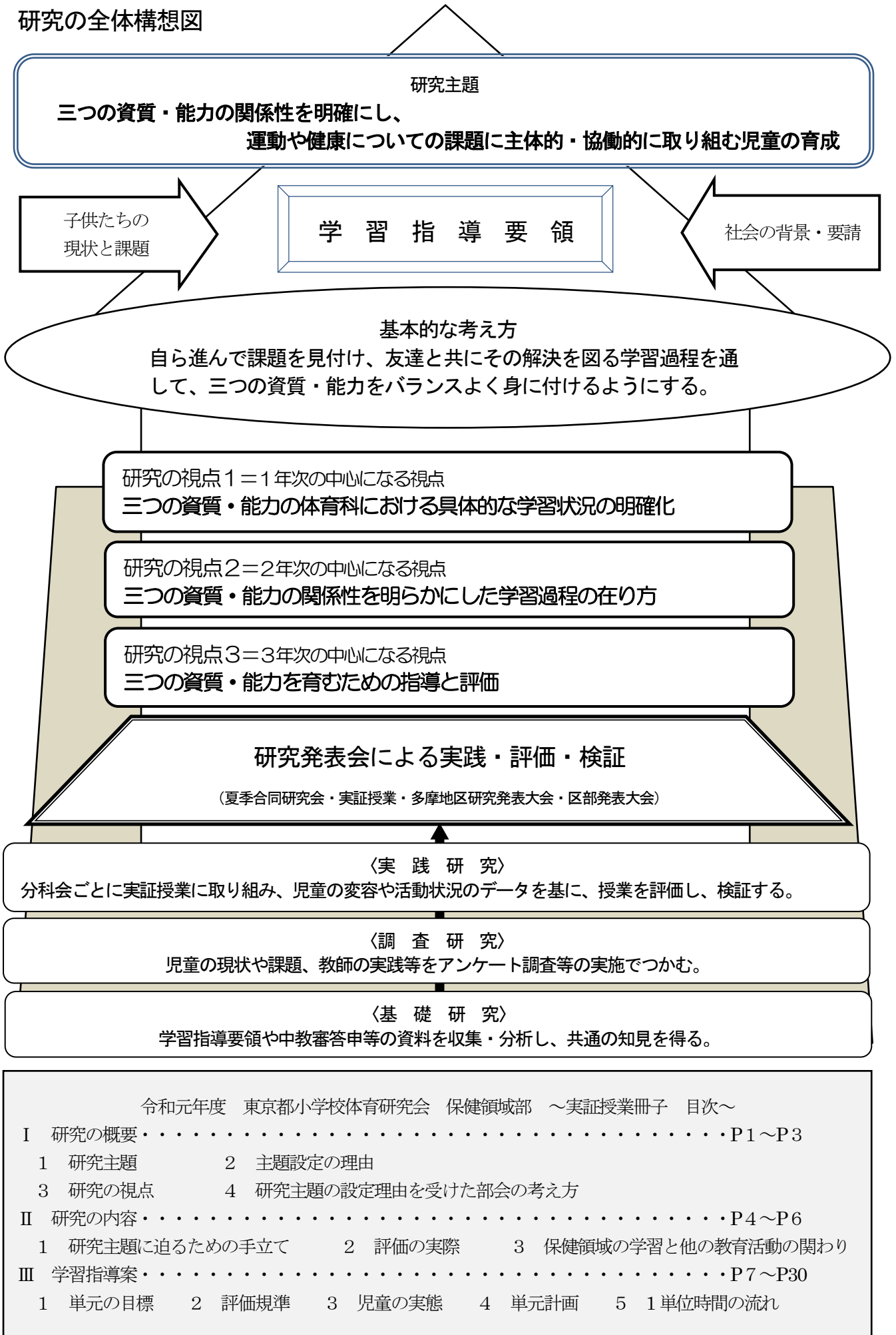
授業者：隈部 文 主任教諭 内田 陽子 主任養護教諭

【講師】

東大和市立第九小学校 副校長 富田 和己 先生



研究の全体構想図



I 研究の概要

1 研究主題

「三つの資質・能力の関係性を明確にし、
運動や健康についての課題に主体的・協働的に取り組む児童の育成」

2 主題設定の理由

本研究では、これまでの研究の成果と課題及び新学習指導要領の改訂の基本方針を踏まえ、目指すべき体育の学習に取り組む児童の姿を「自ら課題解決に取り組む姿」、自ら課題解決に取り組めるようにするために重視する学習活動を「主体的・協働的な学習活動」と捉えた。児童には、運動やスポーツ、健康な生活の実践、体力向上を自らの生活の中に位置付け、これらに関する課題を自ら解決するために必要な力を育み、自らの生活の向上を図るための三つの資質・能力をバランスよく身に付ける学習が必要である。こうした学習を繰り返して行うことにより、児童は生涯にわたって能動的に学び続けることができるようになる。このことが、体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を見付け、その解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現することにつながると考え、本研究主題を設定した。

3 研究の視点

新学習指導要領の全面実施までの移行措置期間に当たる時期となるため本研究主題を3年間継続し、以下の視点によって年次を追って研究を進めていくこととする。

- (1) 研究の視点1＝1年次の中心となる視点
 - 三つの資質・能力の体育科における具体的な学習状況（児童の学びの姿）
- (2) 研究の視点2＝2年次の中心となる視点
 - 三つの資質・能力の関係性を明らかにした上で、その学習過程の在り方
- (3) 研究の視点3＝3年次の中心となる視点
 - 三つの資質・能力を育むための指導と評価

4 研究主題の設定理由を受けた部会の考え方

今年度は本研究主題で行う研究3年目の年である。1年目は、研究の視点1を中心とした。養護教諭との連携やICTを効果的に用いることで、三つの資質能力を身に付けた具体的な児童の姿を明らかにすることを目指した。2年目は、研究の視点2を中心とした。運動領域や他教科と体育科における保健領域の学習とをどのように関わらせることができるのか例示を示しながら、三つの資質・能力の関係性を明らかにした上で、その学習過程の作成を行った。また、3年生の授業研究を行うことを通して、小学校の保健学習の導入で児童が身に付けるべき、資質・能力について示した。

今年度、研究の視点3については、以下の3点を中心に研究を進めていきたいと考えている。

- ・学習カードの児童記述例、評価例、個別支援について
- ・学習カード以外の評価方法について
- ・評価したことをどのように指導にいかしていくかについて

さらに授業実践を通して、昨年度作成した学習過程の検証を行うとともに、体育科保健領域の学習と他の教育活動との関わりについてまとめていく。

(1) 研究の視点1 「三つの資質・能力の具体的な学習状況」についての考え方

「知識及び技能」

基礎的な知識の他に、悩みの対処やけがの手当についての基礎的な技能を育み、運動と健康が密接に関連していることについて実践的に理解できるようにする。

「思考力,判断力,表現力等」

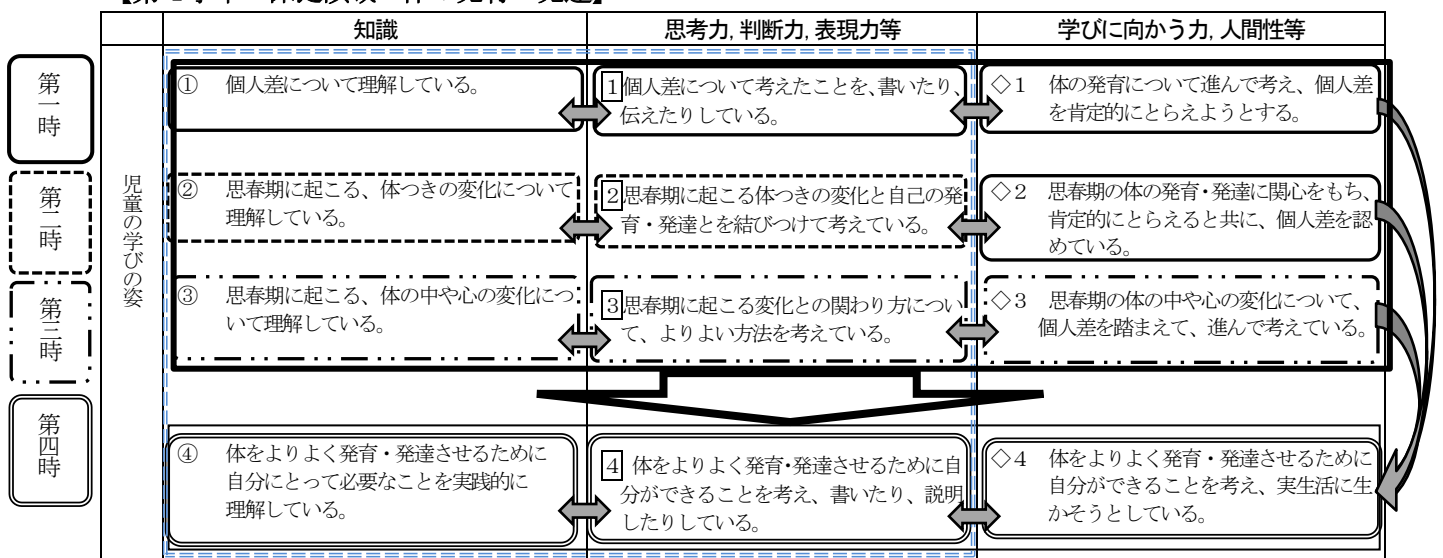
知識を活用して課題を解決する力の他に、自分の健康課題に気付く力や、学習したことについての考えを表現する力を育むために、身近な生活における課題を設定し、伝え合いを意図的に行っていく。

「学びに向かう力,人間性等」

自分を大切に思い、健康な生活に向けての気持ちをもつ他に、協力したり、周りの人の成長を肯定的にとらえたりする気持ちを育むために、協働的な活動を取り入れて関わりを増やす。導入では認め合う時間の設定をしているが、学習の中だけでなく生活の中でも意識できるようにする。

(2) 研究の視点2 「三つの資質・能力の関係性を踏まえた学習過程の在り方」

【第4学年 保健領域 体の発育・発達】



(3) 研究の視点3 「三つの資質・能力を育むための指導と評価」について

①各領域の評価規準

【「保健領域」の評価規準に盛り込むべき事項】

| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 身近な生活における基礎的な知識に加えて、自分に合ったけがの手当てや悩みの対処法などの基礎的な技能を身に付けている。 運動と健康が密接に関連していることについて実践的に理解している。 | <ul style="list-style-type: none"> 自己の身近な健康課題に気付いている。 学習したことを自己の生活に当てはめて考えている。 課題解決の方法などについての自分の考えを他者に分かりやすく伝えている。 | <ul style="list-style-type: none"> 自分の健康に関心をもち、課題に気づき、学んだ知識を実践にいかそうとする。 自他の考えや成長を肯定的にとらえようとする。 自分や周りの人を大切に思い、健康の保持増進や回復に進んで取り組んでいる。 |

【第3学年 保健領域 「健康な生活」の評価規準】

| 知識 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|--|--|--|
| 健康な生活、1日の生活の仕方、身の回りの環境について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。 | 健康な生活の仕方に関わる事象から課題を見付け、その解決に向けたて、知識を活用した活動などにより、実践的に考え、判断し、それらを表したり伝えたりしている。 | 健康な生活の仕方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向けた活動に進んで取り組もうとしている。 |

【第4学年 保健領域 体の発育・発達】の評価規準】

| 知識 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|--|---|
| 体の年齢に伴う変化や個人差、思春期の体の変化、よりよく発育・発達させるために必要な、適切な運動、食事、休養及び睡眠について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。 | 体の発育・発達に関わる事象から課題を見付け、その解決に向けて、知識を活用した学習活動などにより、実践的に考え、判断し、それらを表したり伝えたりしている。 | 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やよりよい発育・発達に向けた活動に進んで取り組もうとしている。 |

②評価したことをどのように児童の学習改善や教師の指導改善に活かすのか

ア 児童の学習改善

以下の手立てを通して、児童は自己評価を行い、自身の学習改善（自己調整）を図る。

・前時の学習カードの活用

第2時以降の授業の冒頭で、前時の学習カードを用いて児童の振り返りの価値付けを行う。児童は、教師に価値付けされた振り返りをもとに自身の学習改善を図る。

・対話的な活動

毎時間、対話的な活動場面を意図的に設けた。児童は他者と関わりを通して自身の学習改善を図る。

・教師の言葉掛け

児童は教師の言葉掛けを通して、自ら学習改善を図る。

イ 教師の指導改善

以下の手立てを通して、教師は児童の活動を評価し、自身の指導改善を図る。

・学習カード

教師は児童の記述例、評価例をもとに児童の学習カードを評価する。その評価を活かし、教師は次時以降の指導改善を図る。

・相談カード

相談カードを活用し、児童へガイダンス・カウンセリングを行う。その内容を受け、教師は個別支援を行うと共に指導改善を図る。

・児童の活動の観察による見取り

教師は児童の活動を評価し、言葉掛け例をもとに適切な指導・助言を行うことで指導改善を図る。

ウ その他（必要性、妥当性からの見直し）

・PDCAサイクルを用いて、計画・実行だけでなく、つねに結果を評価し、改善するという一連のプロセスを意識的に行う。

・児童の実態（生活経験など）を加味し、児童の実践的理解につなげるようにする。

II 研究内容

1 研究主題に迫る手だてについて

| 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 |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・養護教諭との連携 ・評価の実際 | <ul style="list-style-type: none"> ・課題解決的な学習 ・評価の実際 | <ul style="list-style-type: none"> ・教師の意図的な関わり ・評価の実際 |

<評価の実際>

児童の具体的な姿を学習指導案に示すことで、適切な評価と指導・支援ができるようにした。

○学習カードの記入・評価例

学習カードに児童がどのようなことを書き表すかを示した。併せて評価を載せることで、目指す児童の姿を踏まえた指導と評価を行えるようにした。

○個別支援

授業中、児童が悩む場面を中心に、児童のつぶやきと教師の言葉掛け例を載せた。ワークシートに表れる前の児童の困り感を示すことで、適切な評価と支援ができるようにした。



<課題解決的な学習>

前時の振り返り
(認め合い)

児童や家庭からのコメントを紹介し、**前時を振り返る**。考えを認め合うことで意欲や自己肯定感を高める。

知識習得

身近な**課題を設定**し、対話的な活動や体験的な活動を通して実践的に理解する。

知識活用

今までの経験や得た**知識を活用**して課題に取り組む。ここで思考力・判断力・表現力等を伸ばす。

まとめ

本時の学習を**まとめ**、自分の生活に生かせることを考え表現することで、実践への意欲を高められるようにする。

<養護教諭との連携>

○保健指導と関わらせる

身体計測時などに行う養護教諭による保健指導は、児童が体の発育・発達について実践的に理解する場となる。体育科保健領域の学習を自分事として捉えるために、授業の中で、保健指導の内容を適宜振り返る。

○身近な専門家として

児童が知識・技能を習得する際、養護教諭による指導、助言が有効であると考えている。児童にとって身近な専門家である養護教諭から科学的根拠等を学ぶことは、学習内容の定着と学習意欲の向上につながると考えている。

○個別支援（カウンセリング）

授業中の個別支援に加えて、今年度は「相談カード」を活用した授業を行っている。体の発育・発達には個人差があり、学習内容について悩みや不安をもつ児童もいる。養護教諭、担任等に授業時間以外でも相談をすることができるようにした。

<教師の意図的な関わり>

動物の成長に必要なことはなんだろう？



たくさん食べること！



長い時間ねること！



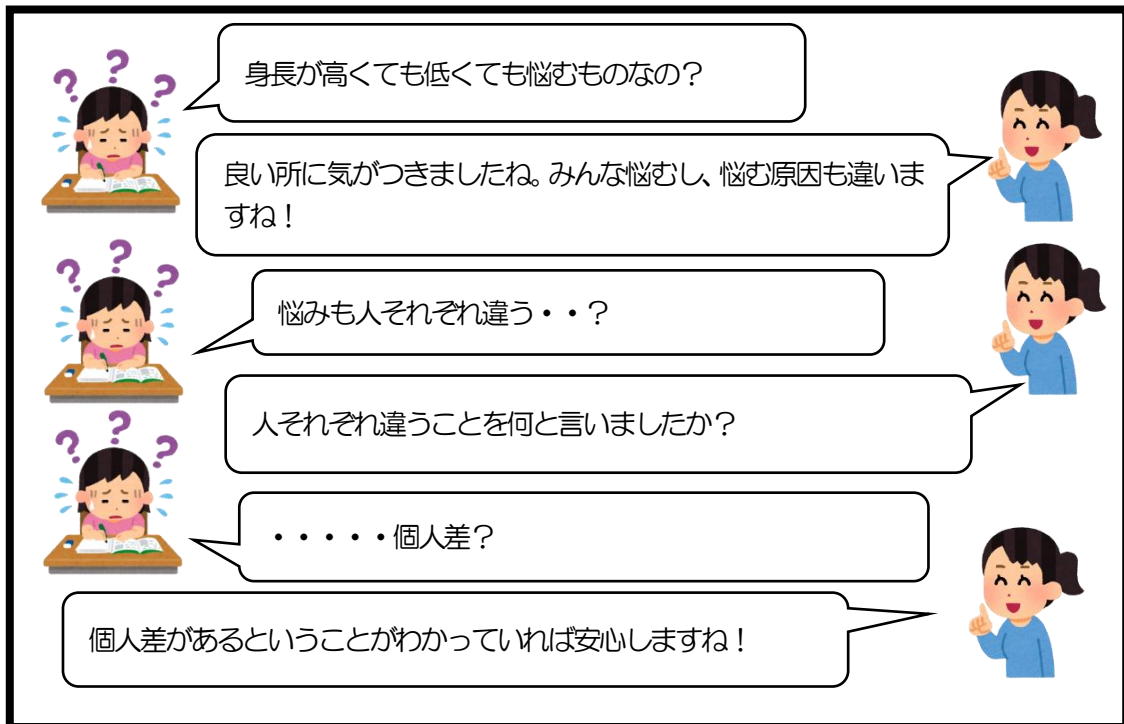
では、人間の成長に必要なことはなんだろう？
食事や寝ることだけかな？



児童の答えに再び発問をし、ゆさぶりをかけてさらに考えさせ、課題に気付くように促す。

<授業中の言葉掛け>

授業の中で、それぞれの時間の指導の目標に正対していない児童を見取り、その児童に対して、個別指導を行う。具体的な評価と指導をイメージしておくことで、臨機応変に対応できると考える。その他の具体例は13.18.23.28 ページ。



身長が高くて低くても悩むものなの？

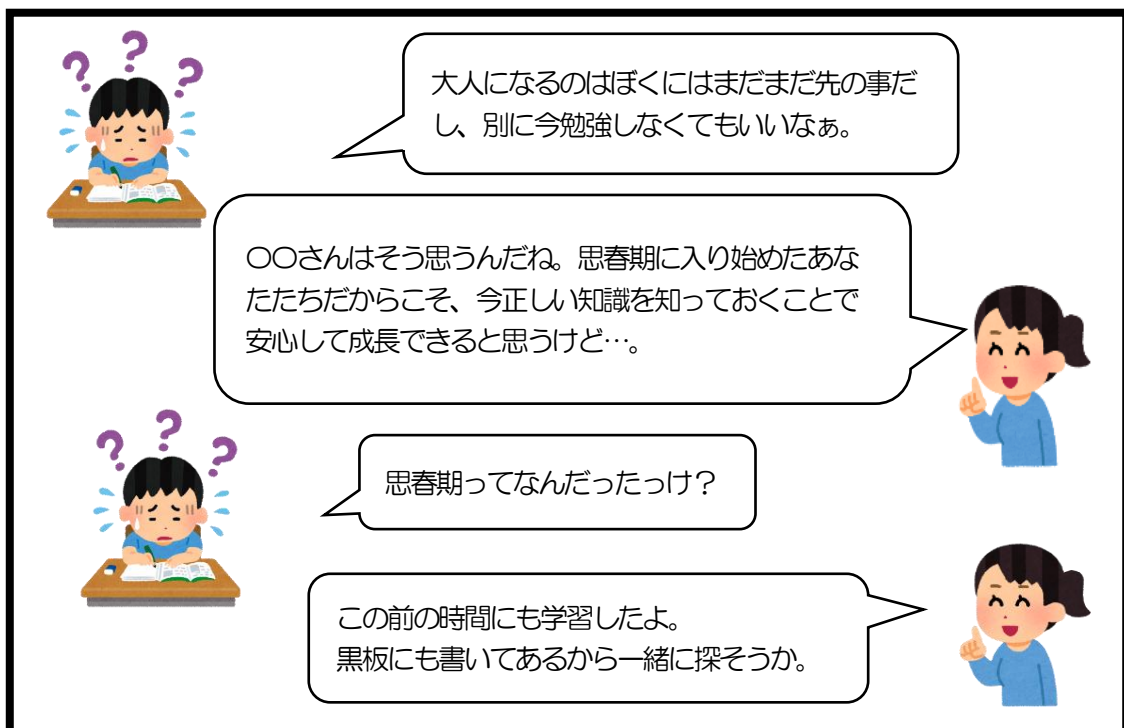
良い所に気がつきましたね。みんな悩むし、悩む原因も違いますね！

悩みも人それぞれ違う・・・？

人それぞれ違うことを何と言いましたか？

・・・個人差？

個人差があるということがわかっていたら安心しますね！



大人になるのはぼくにはまだまだ先の事だし、別に今勉強しなくてもいいなあ。

〇〇さんはそう思うんだね。思春期に入り始めたあなたたちだからこそ、今正しい知識を知っておくことで安心して成長できると思うけど…。

思春期ってなんだったっけ？

この前の時間にも学習したよ。黒板にも書いてあるから一緒に探そうか。

保健教育

身近な生活における健康安全に関する基礎的な内容（小学校）

より実践的に

体育科

- ・保健領域
- ・体づくり領域（例示：低学年運動遊び）

個別指導（カウンセリング）

- ・日常生活における指導及び実態に応じた個別指導
- ・一人一人が抱える課題に個別に対応した指導

特別活動

- ・学級活動
- ・児童会活動
- ・学校行事等における保健指導

その他に関する教科等

- ・社会科
- ・理科
- ・生活科
- ・家庭科
- ・道徳科

総合的な学習の時間

保健に関する横断的・総合的な学習
（福祉・健康）

個人生活における健康・安全に関する内容（中学校）

より科学的に

個人及び社会生活における健康・安全に関する内容（高等学校）

より社会的に



生涯を通じて自らの健康や環境を適切に管理し、
改善していくための資質・能力の育成

Ⅲ 学習指導案

体育科保健領域 第4学年「体の発育・発達」

1 単元の目標

- 体の発育・発達について理解すること。
 - ・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。
 - ・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、異性への関心が芽生えること。
 - ・体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であること。
- 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、それを表現すること。

2 評価規準

| 知識 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|---|--|---|
| 体の年齢に伴う変化や個人差、思春期の体の変化、よりよく発育・発達させるために必要な、適切な運動、食事、休養及び睡眠について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。 | 体の発育・発達に関わる事象から課題を見付け、その解決に向けて、知識を活用した学習活動などにより、実践的に考え、判断し、それらを表したり伝えたりしている。 | 体の発育・発達について関心を持ち、健康の大切さに気付き、自己の健康の保持増進やよりよい発育・発達に向けた活動に進んで取り組もうとしている。 |

3 単元計画

◎：該当する観点 ○：関連する観点

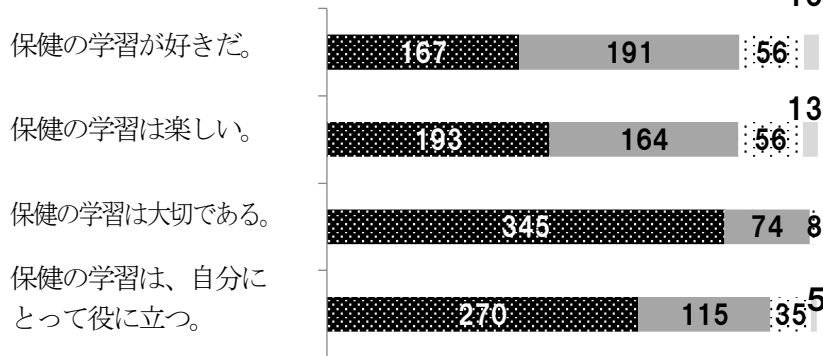
| 時間 | 学習活動・内容 ※次頁以降指導案の内容番号とは正対していません。 | 主な評価の観点 | | |
|--------------------------|--|---------|-----|-----|
| | | 知識 | 思判表 | 主体的 |
| 第1時 「大きくなってきた体」 | 1. 身長伸びを示したグラフで自分の成長を実感する。 2. グループで伸び方を比べて気付いたことを話し合う。 3. 悩んでいる友だちへのアドバイスを考え、発表する。 4. 学習を振り返り、まとめをする。 | ○ | | ◎ |
| | | ◎ | ○ | |
| | | ○ | ◎ | |
| | | | ○ | ◎ |
| 第2時 「思春期の体の変化①」 | 1. 思春期に起こる体つきの変化について知る。 2. 思春期に現れる変化をまとめる。 3. 悩んでいる友だちへのアドバイスを考え、発表する。 4. 学習を振り返り、まとめをする。 | ◎ | | |
| | | ◎ | ○ | |
| | | ○ | ◎ | |
| | | | ○ | ◎ |
| 第3時 「思春期の体の変化②」 | 1. 思春期に起こる体の中の変化について知る。 2. 思春期には、心にも変化が起こることを知る。 3. 悩んでいる友だちへのアドバイスを考え、発表する。 4. 学習を振り返り、まとめをする。 | ◎ | | |
| | | ◎ | ○ | |
| | | ○ | ◎ | |
| | | | ○ | ◎ |
| 第4時(本時) 「よりよく育つための生活」 | 1. よりよく発育・発達するために必要なことを知る。 2. よりよく発育・発達するために実践できることを考え、発表する。 3. 単元の学習を振り返り、まとめをする。 | ◎ | ○ | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

4 児童の実態（実態調査）

調査対象：都内小学校4校（4年生児童 426名） 調査方法：質問紙調査（選択） 調査時期：9月上旬

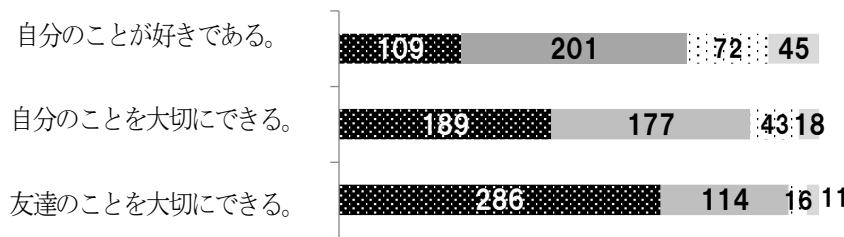
■ そう思う ■ まあまあそう思う ■ あまりそう思わない ■ そう思わない

① 体育科保健領域の学習に対する児童の捉え



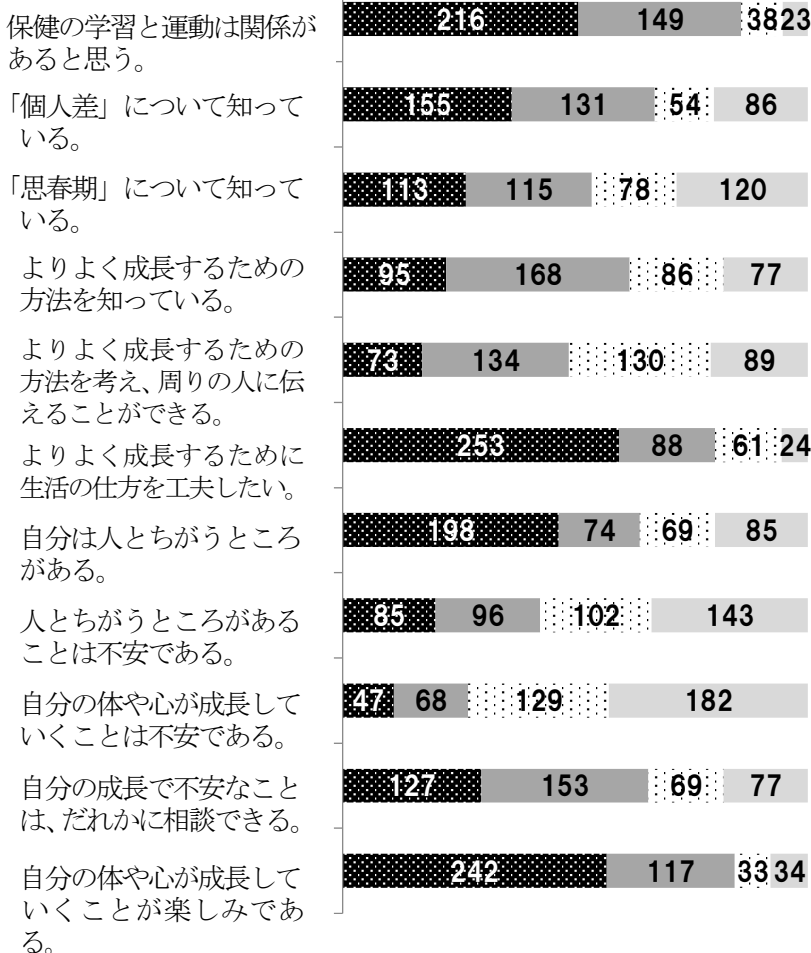
体育科保健領域の学習に対して、肯定的に捉えている児童は約84%であった。また、保健の学習は大切であり、役に立つと感じている児童が90%を超えていることも分かった。

② 自他を大切にしようとする態度



自分のことを大切にできる児童は約86%、友達のことを大切にできる児童は、約94%であった。本単元を通して、さらに自他を大切にしようとする態度を育成したい。

③ 3つの資質・能力について



学習内容について知っていると回答した児童は半数程度であった。もっている知識がより深い理解につながるように課題設定を工夫し知識を活用することができる学習過程を設定する。
また、「よりよく成長するための方法を考え、周りの人に伝えることができる。」という項目が他に比べ肯定的な意見が少ない。協働的な学習活動を意図的に設定していきたい。

個人差や成長に対して不安に感じている児童がいることが分かった。相談カードなどを活用して、成長を肯定的に捉えることができるようにしたい。

5 1単位時間の流れ・学習カード・評価の実際

第1時「大きくなってきたわたし」(1/4)

目標

- ◇体は年齢に伴って発育すること、発育の仕方には個人差があることを理解できるようにする。(知識)
- ◇身長伸び方で悩んでいる友達にかけ言葉について、学習内容を活かして考えて、話したり、書いたりすることができるようになる。(思考力、判断力、表現力等)
- ◇身長伸び方の個人差について進んで考え、発育の違いを肯定的にとらえようとする。(学びに向かう力、人間性等)

| 学習内容・活動 | ○指導上の留意点・◇評価 |
|--|---|
| 1 自分がどのくらい大きくなってきたのかを実感する。 2 学習の見直しをもつ。 | ○実物の靴や出生時と同重量のお米、誕生日カード、手形や足形などを用意し、具体物を通して成長を実感できるようにする。 ○単元を通して、体をよりよく発育・発達させることについて学ぶことを捉えられるようにする。 |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">わたしたちの体は、どのように成長するのだろうか。</div> | |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">わたしたちは、どれくらい成長してきただろうか。</div> | |
| 3 身長伸びを示したグラフで自分の成長を実感する。 4 グループで伸び方を比べて気づいたことを話し合う。 | ○身体計測のグラフデータをもとに、自分の身長を振り返ることができるようにする。 ○個人差について理解できるようにする。 ◇体は年齢に伴って発育すること、発育の仕方には個人差があることを理解できるようにする。(知識) ○心配な場合は、信頼のできる大人に相談するように伝える。 |
| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">なやんでいる人に、どんな言葉をかけたらよだろうか。</div> | |
| 5 悩んでいる友だちの映像を見てアドバイスを考え、発表する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> 事例) 身長がもう少し伸びないと不便だなあ。 もう少し低くていい。 </div> | ○事例を提示し、悩みに寄り添う言葉を考えられるようにする。 ○考えが進まない児童へ、これまで学んだことを想起できるように声掛けをする。 ○個人で記入した後、ペアや全体で共有する場面を設定する。 ◇身長伸び方で悩んでいる友達にかけ言葉について学習内容を活かして考えて話したり、書いたりしている。(思考・判断・表現) |
| 6 今日の学習のまとめをする。 ・学んだことやこれから活かしたいことを書く。 ・次時の見直しをもつ。 | ○次時の学習内容を知り、見直しをもてるようにする。 ○相談カードを用い、個別に相談してよいと分かるようにする。 ◇身長伸び方の個人差について進んで考え、発育の違いを肯定的にとらえようとしている。(主体的に学習に取り組む態度) |

☆授業の最後に、「相談カード」を配布し、使い方を説明する。

/ ()

大きくなってきたわたし

1 自分や友だちの身長なのび方をくらべて、気が付いたことを書きましょう。

.....

.....

2 なやんでいる友だちに、なぜ、このように声をかけたのでしょうか？



こんなになやんでいるのに、
なんでそんなこと言うの？

.....

なぜなら.....

.....
だから。

3 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましょう。

.....

.....

.....

おうちの人から

.....

評価の実際 『十分満足できる状況』及び『おおむね満足できる状況』

「体の発育・発達」学習カード1 4年 組 名前

/ () 大きくなってきたわたし

1 自分や友だちの身長の方をくらべて、気が付いたことを書きましょう。

2 なやんでいる友だちに、なぜ、このように声をかけたのでしょうか？

こんなにやんでいるのに、
なんでそんなこと言うの？

なぜなら.....
.....だから。

3 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましょう。

おうちの人から

十分満足できる状況

<記入例>

- ・人には個人差があって、一番良い時期に一番良い量だけ発育するから大丈夫だよ。
- ◆友達の悩みについて知識（個人差について）を活用して具体的な理由を記入している。（思考・判断・表現）

おおむね満足できる状況

<記入例>

- ・個人差だから大丈夫だよ。
- ・人それぞれだよ。
- ◆友達の悩みについて知識を活用して記入している。（思考・判断・表現）

十分満足できる状況

<記入例>

- ・個人差があるから、人と違っていいのだと思った。
- ・背が高いからよい、背が低いからよくないわけではなく、人それぞれでいいことが分かった。
- ◆身長伸び方の個人差について肯定的に捉え、記入している。（主体的に学習に取り組む態度）

おおむね満足できる状況

<記入例>

- ・一人一人身長伸び方が違うことが分かった。
- ◆身長伸び方には違いがあることを認めることができている。（主体的に学習に取り組む態度）

評価の実際 『努力を要する状況』及び手立て

「体の発育・発達」学習カード1 4年 組 名前

/ () 大きくなってきたわたし

1 自分や友だちの身長の高さをくらべて、気が付いたことを書きましょう。

2 なやんでいる友だちに、なぜ、このように声をかけたのでしょうか？

こんなにやんでいるのに、
なんでそんなこと言うの？

なぜなら.....だから。

3 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましょう。

おうちの人から

努力を要する状況
<記入例>
・(書けない)
・気にすることではないから。



【手立てと言葉がけ】
○本時の学習内容を確認する。

自分と友達の伸び方は同じだったかな？違うのはどうしてかな？

気にする必要がないのはどうしてだったかな？



努力を要する状況
<記入例>
・(書けない) ・面白かった。



【手立てと言葉掛け】
○学習内容を確認し、自分の生活と結びつけられるよう説明をする。



学習カードや黒板にはなんて書いてあるかな？

他の人と比べて身長の高さが違うのが個人差だと分かったね。それを知ってどう思ったかな？

Student: みんな同じで大人になれば身長が伸びるのに、何が心配なの？

Teacher: みんなが同じように身長が伸びるのですか？

Student: 身長が伸び始める時期は人それぞれ違う？

Teacher: そうでしたね。伸びる時期だけだったかな？

Student: 身長が伸びる量？スピード？人によって違う・・・？

Teacher: そうです！悩んでいる友達にどんな言葉をかけてあげればよいか学習したことを思い出して考えてみましょう。

Student: 身長が高くて低くても悩むものなの？

Teacher: 良い所に気が付きましたね。みんな悩むし、悩む原因も違いますね！

Student: 悩みも人それぞれ違う・・・？

Teacher: 人それぞれ違うことを何と言いましたか？

Student: ……個人差？

Teacher: 個人差があるということがわかっていけば安心しますね！

第2時「思春期にあらわれる変化①」(2/4)

目標

- ◇思春期に起こる体つきの変化について理解している。(知識)
- ◇思春期の体つきの変化と自己の発育・発達と結び付けて考えている。(思考力、判断力、表現力等)
- ◇思春期の体つきの変化について、進んで考え、書いたり発表したりしている。(学びに向かう力、人間性等)

| 学習内容・活動 | ○指導上の留意点・◇評価 |
|--|--|
| <p>1 前時を振り返り、本時のねらいを知る。</p> | <p>○前時の学習カードから、児童の考えを紹介し、互いを認め合う。 ○本時では、どのような変化が起こるか調べることを確認する。</p> |
| <p>体つきには、どのような変化が起きるだろうか。</p> | |
| <p>男女の体つきには、どのようなちがひがあるだろうか。</p> | |
| <p>2 体つきに変化が起こること、その時期を「思春期」ということを知る。</p> <p>3 思春期にあらわれる変化をまとめる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ブレインストーミング ・思考ツール | <p>○シルエットを示し、大人になると体つきで男性か女性かが分かることに気付けるようにする《性差》。</p> <p>○「思春期」について理解できるようにする。</p> <p>○大人に近づくにつれて、体つきに現れる変化にはどのようなものがあるか考えられるようにする。</p> <p>○意見が出ない場合、イラストに着目させたり、補足したりする。</p> <p>○主に男の人に現れる変化、主に女の人に現れる変化、どちらにも共通して現れる変化について、仲間分けできるようにする。</p> <p>○悩んでいるグループに、体つきに起こる変化について助言する。</p> <p>○現れる時期には個人差があることを確認する。</p> <p>◇思春期に起こる体つきの変化について理解している。(知識)</p> |
| <p>なやんでいる人に、どんな言葉をかけたらよいだろうか。</p> | |
| <p>4 悩んでいる友だちへのアドバイスを考え、発表する。</p> | <p>○事例を提示し、悩みに寄り添う言葉を考えられるようにする。</p> <p>○考えが進まない児童へ、これまで学んだことを想起できるように声掛けをする。</p> |
| <p>事例)</p> <p>A 声変わりで話したくない。</p> <p>B 胸がふくらみ恥ずかしい。</p> <p>C わきに毛が生えてきた。</p> <p style="padding-left: 20px;">体育の着替えが恥ずかしい。</p> | <p>◇思春期に起こる体つきの変化と自己の発育・発達と結び付けて考えている。(思考・判断・表現)</p> |
| <p>5 今日の学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学んだことやこれから活かしたいことを書く。 ・次時の見通しをもつ。 | <p>○次時の学習内容を知り、見通しをもてるようにする。</p> <p>○相談カードを用い、個別に相談してよいと分かるようにする。</p> <p>◇思春期の体つきの変化について、進んで考え、書いたり発表したりしている。(主体的に学習に取り組む態度)</p> |

/ ()

思春期にあらわれる変化①

1 大人に近づくとつれてあらわれる体つきの変化には、どのようなものがあるでしょうか。

.....

.....

.....

2 なやんでいる友だちに、なぜ、そのように声をかけるとよいのでしょうか？



えらんだ人 ()

こんなになやんでいるのに、
なんで、そんなこと言うの？

.....

なぜなら.....

.....だから。

3 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましょう。

.....

.....

.....

おうちの人から

.....

評価の実際 『十分満足できる状況』及び『おおむね満足できる状況』

「体の発育・発達」学習カード2 4年 組 名前

/ () 思春期にあらわれる変化①

1 大人に近づいていってあらわれる体つぎの変化には、どのようなものがあるでしょうか。

.....

.....

.....

2 なやんでいる友だちに、なぜ、そのように声をかけるとよいのでしょうか？

えらんだ人 ()

こんなにやんでいるのに、
なんで、そんなこと言うの？

なぜなら.....

.....だから。

3 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしだいことを書きましよう。

.....

.....

おうちの人が

.....

十分満足できる状況

<記入例>

- ・思春期が始まった証だし、一人一人起こる時期は違うものだから。
- ・思春期になれば誰にでも起こる変化だし、個人差のあるものだから。
- ◆思春期に起こる変化であることを認識すると共に個人差があることについても理解している。(思考・判断・表現)

おおむね満足できる状況

<記入例>

- ・個人差があるものだから。
- ・思春期になれば誰にでも起こるものだから。
- ◆思春期もしくは個人差のどちらかの認識しかしていない。(思考・判断・表現)

十分満足できる状況

<記入例>

- ・毛が生えたり声が変わったりするのは不安だけど、思春期にみんなに起こる変化だと知って安心した。
- ・自分にはまだ起きていないけれど、これから自分に起こる変化について知ることができてよかった。
- ◆思春期に起こる変化について、自分事として捉え、考えることができています。(主体的に学習に取り組む態度)

おおむね満足できる状況

<記入例>

- ・思春期に入ると声が変わったり毛が生えたりすることが分かった。
- ・思春期にも個人差があることが分かった。
- ◆思春期に起こる変化を捉えることはできている。(主体的に学習に取り組む態度)

評価の実際 『努力を要する状況』及び手立て

「体の発育・発達」学習カード2 4年 組 名前

/ () 思春期にあらわれる変化①


1 大人に近づいていってあらわれる体つぎの変化には、どのようなものがあるでしょうか。

.....

.....

.....

2 なやんでいる友だちに、なぜ、そのように声をかけるとよいのでしょうか？

 えらんだ人 ()

こんなにやんでいるのに、
なんで、そんなこと言うの？

なぜなら.....

.....だから。

3 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしだいことを書きましよう。

.....

.....

.....

おうちの人から

.....

努力を要する状況
 <記入例>
 ・(書けない)
 ・大人に近づいた証だから。



【手立てと言葉がけ】
 ○本時の学習内容を確認する。

毛が生えたり、胸が膨らんだりするのは、誰に起こることなのかな？

大人に近づいたときに起こる変化をなんて言うのかな？



努力を要する状況
 <記入例>
 ・(書けない) ・はずかしい。



【手立てと言葉掛け】
 ○学習内容を確認し、自分の生活と結びつけられるよう説明をする。



学習カードや黒板にはなんて書いてあるかな？

思春期を迎えることは恥ずかしいことではなくて、みんなにも起こる変化だから心配ないよ。

大人に近づく体か・・・そんなに悩むかな？

ただ体が大きくなるだけではなくて、わき毛が生えたり、胸が膨らんだりしたらどうかな？

えっ?! それは恥ずかしいかも。

『恥ずかしい』と感じるのも心の成長ですね。大人になるってどんな気持ち？

わからないからドキドキする。

みなさんがそれぞれどんな大人に成長するのか、楽しみです！

どうして体つきもこんなに変わるの？

どんな変化が心配なの？

胸が膨らんだら、からかわれそう・・・

でも体つきが変化するのはあなただけです？

個人差はあるけれど、誰もが経験する!!

そうでしたね！胸が膨らむのには理由があります。とても大切なことなのですよ・・・

第3時「思春期にあらわれる変化②」(3/4)

目標

- ◇思春期に起こる体の中や心に様々な変化が起こることを理解できる。(知識)
- ◇思春期の体の中や心の変化を踏まえて、よりよい方法を考えている。(思考力、判断力、表現力等)
- ◇体の中や心の変化について進んで考え、書いたり発表したりしようとする。(学びに向かう力、人間性等)

| 学習内容・活動 | ○指導上の留意点・◇評価 |
|---|---|
| 1 前時を振り返り、本時のねらいを知る。 | ○前時の学習カードから、児童の考えを紹介し、互いを認め合う。 ○本時では、体の内側の変化について学んでいくことを確認する。 |
| 思春期の体の中では、どのような変化が起こるだろうか。 | |
| 2 体の中の変化について知る。 ・卵子と精子 ・月経と初経のしくみ ・射精と精通のしくみ ・初経・精通を経験する時期 | ○写真で表すもの(卵子と精子)が命のもととして体の中で作られていることを確認する。 ○思春期には、女子には月経(初めてを初経)、男子には射精(初めてを精通)が起こることを理解できるようにする。 ○思春期の体の変化を肯定的に受け止められるよう、男女の教員が先輩として語りかけられると望ましい。 |
| 思春期には、どのような心の変化が起こるだろうか。 | |
| 3 思春期には、心にも変化が起きることを知る。 ・資料やグラフから、気付いたことを発表する。 | ○好きなものランキング等を紹介し、男女によって好みが異なったり、男女のかかわり方に変化があったりすることを確認する。 ○思春期になると、異性への関心が高まるが、誰にも起こりうる変化であることを理解できるようにする。 ◇思春期に起こる体の中や心に様々な変化が起こることを理解できる。(知識) |
| なやんでいる人に、どんな言葉をかけたらよいだろうか。 | |
| 4 悩んでいる友だちへのアドバイスを考え、発表する。 事例) A 初経(精通)がまだ来ない。 B 本当は仲良くしたいのに、張り合ってしまう。 | ○事例を提示し、悩みに寄り添う言葉を考えられるようにする。 ○考えが進まない児童へ、これまで学んだことを想起できるように声掛けをする。 ○個人で記入した後、ペアや全体で共有する場面を設定する。 ◇思春期の体の中や心の変化を踏まえて、よりよい方法を考えている。(思考・判断・表現) |
| 5 今日の学習のまとめをする。 ・学んだことやこれから活かしたいことを書く。 ・次時の見通しをもつ。 | ○次時の学習内容を知り、見通しをもてるようにする。 ○相談カードを用い、個別に相談してよいと分かるようにする。 ◇体の中や心の変化について進んで考え、書いたり発表したりしようとする。(主体的に学習に取り組む態度) |

/ ()

思春期にあらわれる変化②

1 思春期の体の中には、どのような変化が起こるでしょうか。

.....

.....

2 思春期の心には、どのような変化が起こるでしょうか。

.....

.....

3 なやんでいる友だちに、なぜ、そのように声をかけるとよいのでしょうか？



えらんだ人 ()

こんなになやんでいるのに、
なんで、そんなこと言うの？

.....

なぜなら.....

.....
だから。

4 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましょう。

.....

.....

.....

おうちの人から

.....

評価の実際 『十分満足できる状況』及び『おおむね満足できる状況』

「体の発育・発達」学習カード3 4年 組 名前

/ () 思春期にあらわれる変化②

1 思春期の体の中には、どのような変化が起こるでしょうか。

2 思春期の心には、どのような変化が起こるでしょうか。

3 なやんでいる友だちに、なぜ、そのように声をかけるとよいのでしょうか？

えらんだ人 ()

こんなにやんでいるのに、
なんで、そんなこと言うの？

なぜなら.....

4 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましよう。

おうちの人から

十分満足できる状況

<記入例>

- ・誰でも思春期になると、体の中でも変化が起き、女子では初経が起り、男子では精通が起こるから心配なくて大丈夫だよ。
- ◆友達の悩みについて、知識を活用して具体的な理由を記入している。(思考・判断・表現)

おおむね満足できる状況

<記入例>

- ・人と比べても仕方ないから大丈夫だよ。
- ・思春期になると誰にでも起こるから大丈夫だよ。
- ◆友達の悩みについて知識を活用して記入している。(思考・判断・表現)

十分満足できる状況

<記入例>

- ・思春期になると、初経や精通が起き、異性への関心が高まることが分かった。いつ月経が起きてもいいようにナプキンを持ち歩こうと思った。
- ・最近女子をからかってしまうのは、心が変わっているからだとわかってよかった。女子にも優しく接しようと思う。
- ◆思春期に起こる体の中の変化や心の中の変化について、自分事として捉え、考えることができています。(主体的に学習に取り組む態度)

おおむね満足できる状況

<記入例>

- ・思春期になると、初経や精通が起こることが分かった。
- ・心にも変化が起こることが分かった。
- ◆思春期に起こる体の中の変化や心の中の変化を捉えることはできています。(主体的に学習に取り組む態度)

評価の実際 『努力を要する状況』及び手立て

「体の発育・発達」学習カード3 4年 組 名前

/ () 思春期にあらわれる変化②

1 思春期の体の中には、どのような変化が起こるでしょうか。

2 思春期の心には、どのような変化が起こるでしょうか。

3 なやんでいる友だちに、なぜ、そのように声をかけるとよいのでしょうか？

えらんだ人 ()

こんなにやんでいるのに、
なんで、そんなこと言うの？

なぜなら.....

だから.....

4 今日の学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましよう。

おうちの人から

努力を要する状況
 <記入例>
 ・(書けない)
 ・仲良くなくていいから。
 ・まだ変化が起きていないから。



【手立てと言葉がけ】
 ○本時の学習内容を確認する。

異性への関心が高まり、異性のことが気になったり、仲良くしたいという気持ちが強くなったりするのは、いつ頃からだろう？



初経は精通は、誰に起こることなのかな？

努力を要する状況
 <記入例>
 ・(書けない) ・はずかしい。




【手立てと言葉掛け】
 ○学習内容を確認し、自分の生活と結びつけられるよう説明をする。




学習カードや黒板にはなんて書いてあるかな？


体の中や心に変化が起こることは誰にでも起こることだから、恥ずかしいことではないよ。




大人になるのはぼくにはまだまだ先の事だし、別に今勉強しなくてもいいなあ。




〇〇さんはそう思うんだね。思春期に入り始めたあなたたちだからこそ、今正しい知識を知っておくことで安心して成長できると思うけど…。




思春期ってなんだったっけ？




この前の時間にも学習したよ。黒板にも書いてあるから一緒に探そうか。




体の中の変化・・・???



△△さんの体の中でも、あなたのペースで少しずつ大人の体に近づいていくのですよ。



よく分からないよ。



そうだよね。確かに今はよく分からないかもしれないね。先生からまたお話ししてもいいかな？
女の子には、赤ちゃんを育てるために必要な体の仕組みがあつてね……………。

第4時「よりよく育つための生活」(4/4)

目標

- ◇よりよく発育・発達するためには、心と体の状態をよくしておくことが大切であること、運動、食事、休養及び睡眠のそれぞれの中で特に気を付けることを理解できるようにする。(知識)
- ◇知識を活用して、よりよく発育・発達するために自分が今日からできることを考え、説明することができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- ◇自分の発育・発達に関心を持ち、進んで考え、書いたり発表したりすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

| 学習内容・活動 | ○指導上の留意点・◇評価 |
|---|--|
| <p>1 前時の学習を振り返り、本時のねらいを知る。</p> | <p>○前時の学習カードや相談カードから、成長について肯定的に捉えている意見や悩みなどを紹介し、互いに認め合う。</p> <p>○保護者のコメントを紹介し、成長についての意欲を高める。</p> <p>○本時では、よりよく発育・発達させるための生活の仕方について学び、授業後は実践していくことを確認する。</p> |
| <p style="border: 1px solid black; padding: 5px;">体をよりよく発育・発達させるためには、どのような生活の仕方がよいだろうか。</p> | |
| <p style="border: 1px solid black; padding: 5px;">よりよく成長するために、体にとって必要なことはなんだろうか。</p> | |
| <p>2 よりよく発育・発達するために生活に必要なことを知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・休養・睡眠の仕方について ・食事の仕方について <ol style="list-style-type: none"> ①自分で食事メニューを考える。 ②詳しい栄養素について学ぶ。 ③自分で考えたメニューを振り返る。 ・運動の仕方について | <p>○3年生の学習を振り返り、健康な生活として、運動・食事・休養及び睡眠が重要であると学んだことを確認する。</p> <p>○休養・睡眠について、自分の生活経験を想起させ、自分の生活リズムを振り返られるようにする。</p> <p>○夏休みのアンケートから、決まった時刻に寝ることやリズムを整えることの大切さを理解できるようにする。</p> <p>○よりよい食事メニューを考えさせ、好き嫌いなくバランスよく食べることの大切さについて確認する。</p> <p>○特に、骨や歯を作るもととなるカルシウム、体を作るもとになるたんぱく質、体の調子を整えるビタミンの栄養素の重要性を理解できるようにする。</p> <p>○全身を使った運動や様々な種類の運動をすることが、骨や筋肉を強くすることにつながることを理解できるようにする。</p> <p>◇よりよく発育・発達するためには、心と体の状態をよくしておくことが大切であること、運動、食事、休養及び睡眠のそれぞれの中で特に気を付けることを理解できるようにする。(知識)</p> |

| <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> よりよく成長するために、わたしたちができることはなんだろうか。 </div> | |
|---|--|
| <p>3 よりよく発育・発達するために実践できることを考え、発表する。</p> <p>C:(運動) クラス遊びで全身を使った遊びをしたい。</p> <p>C:(食事) リクエスト給食を考えたい。</p> <p>C:(休養・睡眠) セカンドスクールで睡眠カードや休養タイムを作る。</p> | <p>○よりよく成長するために、できることを考えられるようにする。</p> <p>○運動、食事、休養・睡眠のそれぞれについて考えたい項目を選び、取り組みを考えられるようにする。</p> <p>○よりよい成長のために大切であるか説明できている意見を取り上げる。</p> <p>◇知識を活用して、よりよく発育・発達するために自分が今日からできることを考え、説明することができるようにする。(思考・判断・表現)</p> |
| <p>4 単元の学習を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学んだことやこれから活かしたいことを書く。 ・これからの生活実践に対する意欲を高める。 | <p>○単元の学習内容を振り返り、これからの生活について、発表する時間を設ける。</p> <p>◇自分の発育・発達に関心を持ち、進んで考え、書いたり発表したりすることができるようにする。(主体的に学習に取り組む態度)</p> |

| | |
|-------|----------------------|
| / () | <h1>よりよく育つための生活</h1> |
|-------|----------------------|

1 よりよく成長するための生活の仕方について、気が付いたことを書きましょう。

| |
|----------------------------------|
| |
|----------------------------------|

- 給食のメニューを考えてみましょう。
- そのメニューをえらんだ理由はなんですか。

| |
|------|
| だから。 |
|------|

2 よりよく成長するために、できることを考えましょう。

どんな自分になりたいですか。

| |
|--|
| |
|--|

- 今後取り組みたいこと

| |
|------------------------------|
| そのために..... |
|------------------------------|

3 これまでの学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましょう。

| |
|---|
| <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> |
|---|

おうちの人から

| |
|--|
| |
|--|

評価の実際 『十分満足できる状況』及び『おおむね満足できる状況』

「体の発育・発達」学習カード4 4年 組 名前

| | |
|-------|-------------|
| / () | よりよく育つための生活 |
|-------|-------------|

1 よりよく成長するための生活の仕方について、気が付いたことを書きましょう。

- 給食のメニューを書えてみましょう。
- そのメニューを書えらんだ理由はなんですか。

だから。

2 よりよく成長するために、学校でできることを書えましょう。

学校でできること

- なぜ、それがよりよい成長につながるのでしょうか。

なぜなら.....

だから。

ほかの人の書え

十分満足できる状況

<記入例>

- ・よりよく発育・発達するためには、特に体を作るたんぱく質、骨や歯を作るカルシウム、体の調子を整えるビタミンが大切だから。
- ◆根拠をもとに学習の中で学んだ正確な言葉を使って書いている。(思考・判断・表現)

おおむね満足できる状況

<記入例>

- ・よりよく発育・発達するためには、特にたんぱく質、カルシウム、ビタミンが大切だから。
- ◆学習の中で学んだ正確な言葉を使って書いている。(思考・判断・表現)

3 これまでの学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましょう。

おうちの人から

十分満足できる状況

<記入例>

- ・発育・発達には個人差があることがわかり、安心した。よりよく発育・発達できるように、これからはカルシウムが不足しないように苦手だった牛乳を少しずつ飲み、バランスのよい食事をとっていきたい。
- ◆根拠をもとに、自分の生活を振り返りながら、これから生かしていきたいことを具体的に記入している(主体的に取り組む態度)

おおむね満足できる状況

<記入例>

- ・発育・発達には個人差があることがわかった。よりよく発育・発達できるように、これからは苦手だった牛乳を少しずつ飲み、バランスのよい食事をとっていきたい。
- ◆自分の生活を振り返りながら、これから生かしていきたいことを具体的に記入している。(主体的に取り組む態度)

評価の実際 『努力を要する状況』及び手立て

「体の発育・発達」学習カード4 4年 組 名前

よりよく育つための生活

1 よりよく成長するための生活の仕方について、気が付いたことを書きましょう。

● 給食のメニューを書き替えてみましょう。
● そのメニューを書き替えた理由はなんですか。

2 よりよく成長するために、学校でできることを書きましょう。

学校でできること

● なぜ、それがよりよい成長につながるのでしょうか。

なぜなら.....

だから.....

ほかの人の答え

3 これまでの学習で分かったことやこれからの生活にいかしたいことを書きましょう。

お

努力を要する状況
＜記入例＞

- ・(書けない)
- ・栄養が大切だから。
- ・体によさそうだから。

【手立てと言葉がけ】
○本時の学習内容を確認する。

特に大切な栄養素は何でしたか？
この中で足りない栄養素は何ですか？

もう一度、黒板を見て確かめてみましょう。

努力を要する状況
＜記入例＞

- ・(書けない)
- ・これからよりよく発育・発達するためにがんばります。

【手立てと言葉掛け】
○学習内容を確認し、自分の生活と結びつけられるよう説明をする。

学習カードや黒板にはなんて書いてあるかな？

自分の生活を振り返ってみましょう。運動、食事、休養及び睡眠はどれくらいできていますか？



よりよく成長するためには運動・食事・
休養、睡眠が大切だと思います！

☆☆さんが特に大切だなと思ったことは何ですか？



自分の体は、大人になるために今準備をしてい
て、よりよい成長をするために栄養バランスのよ
い食事が大事ということです。

栄養バランスの大事さに気付いたのですね。
バランスよく食べるために、どんなことを意
識するといいいのかな？



4年生の保健で考えたこと？
今の自分が何を生かせばいいかわからないな。

□□さんは自分の生活で何が課題だと思
いますか？



えっ?! 運動かな・・・?
あまり動いていない日もあるから。



自分の生活をふり返られていますね。素晴らしい!
自分でできる運動には、何かあるかな?
遊びでもいいですよ。



今年度研究に携わっている方々

| | | |
|---------|-------------|-----------|
| ○担当常任理事 | 足立区立東湊江小学校 | 西澤 武 |
| | 世田谷区立砧小学校 | 寺村 尚彦 |
| | 多摩市立愛和小学校 | 柏原 聖子 |
| ○部長 | 清瀬市立清瀬小学校 | 川邊 裕作 |
| ○副部長 | 品川区立源氏前小学校 | 村瀬 智美 |
| | 大田区立梅田小学校 | 大竹 康平 |
| | 八王子市立第五小学校 | 両角 知子 |
| ○発表者 | 中央区立佃島小学校 | 隈部 文 |
| | 中央区立佃島小学校 | 内田 陽子 |
| ○部員 | 千代田区立番町小学校 | 中野 薫 |
| | 港区立芝小学校 | 石嶋 賢 |
| | 新宿区立花園小学校 | 玉置 玲奈 |
| | 墨田区立第二寺島小学校 | 中川 慎也 |
| | 江東区立有明小学校 | 千葉 浩 |
| | 板橋区立高島第六小学校 | 丸田 樹理 |
| | 練馬区立田柄第二小学校 | 吉田 光男 |
| | 八王子市立川口小学校 | 見城 幸恵 |
| | 武蔵野市立第一小学校 | 高木 亜紀 |
| | 府中市立府中第二小学校 | 埜村 舞 |
| | 調布市立第三小学校 | 小島 大樹 |
| | 小金井市立緑小学校 | 茨木 奈緒子 |
| | 三鷹市立第六小学校 | 西尾 実季 |
| | 国分寺市立第三小学校 | 片桐 光義 |
| | 国分寺市立第五小学校 | 増渕 優花 |
| | 国立市立国立第三小学校 | 北条 友加 |
| | 福生市立福生第六小学校 | 滝口 佳奈 |
| | 清瀬市立清瀬第七小学校 | 須山 望 |
| | 羽村市立栄小学校 | 中村 理依子 |
| | ○顧問 | 三鷹市立第六小学校 |
| 《行政順》 | | |