

# 中学校 1年生 保健体育科学習指導案

令和 6年 12月12日

中学校(1)年 30 名

## 1 単元名 大単元「心身の発達と心の健康」小単元（心の発達(1)）

## 2 単元について

小学校では、体の発育・発達の一般的な現象や個人差、思春期の体つきの変化や初経、精通などを学習している。また、心も体と同様に発達し、心と体には密接な関係があること、不安や悩みへの対処などを学習している。

ここでは、健康の保持増進を図るための基礎として、心身の機能は生活経験などの影響を受けながら年齢とともに発達することについて理解できるようにする必要がある。また、これからの発達の仕方とともに、心の健康を保持増進する方法についても理解できるようにするとともに、ストレスの対処ができるようにする必要がある。さらに、心身の機能の発達と心の健康に関する課題を発見し、その解決に向け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ことが必要である。

このため、本内容は、年齢に伴って身体の各器官が発育し、機能が発達することを呼吸器、循環器を中心に取りあげるとともに、発育・発達の時期や程度には個人差があること、また、思春期は、身体的には生殖に関わる機能が熟成し精神的には自己形成の時期であること、さらに、精神と身体は互いに影響し合うこと、心の健康を保つには欲求やストレスに適切に対処することなどの知識及びストレスへの対処の技能と、心身の機能の発達と心の健康に関する課題を解決するための思考力、判断力、表現力等を中心として構成している。

## 3 単元の目標

知識・技能	心身の発達と心の健康について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを理解することができるようにする
思考力・判断力・表現力等	心身の発達と心の健康について課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、科学的に考え、判断し、それらを表現できるようにする
学びに向かう力・人間性	心身の発達と心の健康について関心を持ち、学習活動に意欲的に取り組もうとすることができるようにする

## 4 生徒の実態と指導観

### （生徒の実態）

真面目に授業に参加する生徒が多い。また疑問があると積極的に質問する生徒もいる。

グループワーク内での話し合いでも意見を出し合うことができる。

### （指導観）

小学校の時に心の健康・発達については触れているが心の発達と脳に関してはまだ触れていないため思春期に脳が急速に成長すること理解する。また様々な経験や学習を積み重ねることで知的機能・情意機能が発達することを通して人の感情や考え方には個性があるということに結び付ける。

## 5 単元及び学習活動に即した評価規準

健康安全への知識・技能	健康安全についての思考力・判断力・表現力等	健康・安全について、主体的に学習する態度
<ul style="list-style-type: none"><li>・身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、発育・発達に時期やその程度には、個人差があることを理解している。</li><li>・思春期には、内分泌の働きによって生殖に関わる機能が成熟すること。また、成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要となることを理解している</li><li>・知的機能、情意機能、社会性などの精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること。また、思春期においては、自己形成がなされることを理解している。</li><li>・精神と身体は、相互に影響を与え、関わっていること。欲求やストレスは、心身に影響を与えることがある。また、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があることを理解しているとともに、それらに対処する技能を身に付けている。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>心身の機能の発達と心の健康についての学習に自主的に取り組もうとしている。</li></ul>

## 6 指導と評価の計画

時間	主な学習内容	知識	思・判・表	学び
1	体の発育・発達			
2	呼吸器・循環器の発達			
3	生殖機能の成熟			
4	性とどう向き合うか			
5	心の発達（1）知的機能・情意機能の発達 ・思春期は心の発達のどんな時期に当たるだろうか。 ・知的機能は何によって発達するだろうか。 ・情意機能は何によって発達するだろうか。		○	
6	心の発達（2）社会性の発達			
7	自己形成			
8	欲求不満やストレスへの対処			

## 7 本時の展開

### ① 本時の目標

- 心と脳の関係と、知的機能・情意機能の発達について理解しよう。
- 知的機能・情意機能の発達にはそれぞれ何が影響するのか、具体例をあげてみよう。

### ②展開

段階	学習活動【 学習内容 】	指導上の留意点 ◇評価
導入 8分	【心の発達と脳・知的機能、情意機能の発達】 1. 挨拶 2. 本時の目標	○ワークシート配布
	発問①心ってどこにあるんだろう？	
	予想される生徒の反応： 心臓、脳、頭、体	○ワークシートに記入 「脳に存在」脳は思考、感情、記憶などの精神活動を司る中心的な機官（多くの科学者が脳にあると考えている） 「心臓に存在」感情が心臓の動きに影響を与えられるから（心臓にあるという人が多い） 「結論」どこにあるか明確な答えはない

<p><b>展開</b></p> <p><b>25</b></p> <p><b>分</b></p>	<p>○心の発達と大脳</p> <p>スキヤモンの発育曲線を使用</p> <p>(曲線のどこを勉強するのか、なぜ今勉強するのか)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・脳の中心付近の大脳辺縁系は本能や感情をつかさどる脳の部位</li> <li>・大脳は主に4つに分けられ、大脳新皮質でおおわれている(脳の一番外側)</li> <li>・前頭前野は大脳辺縁系にブレーキをかけ感情をコントロールする指令塔的な働き(制御)</li> <li>・大脳新皮質はヒトの脳において最も発達した部分(外部からの感覚情報を処理し運動を制御する役割を果たす。大脳新皮質は知覚、運動制御、高次認知機能、記憶、言語、感情など、ヒトの行動や思考において中心的な役割を果たしている。)</li> </ul>
	<div data-bbox="290 723 1375 826" data-label="Text"> <p>問題：質量が大きい順に並べてみよう(情報サプリーを使用)</p> <p>一般男性、アインシュタイン、チンパンジー、ゾウ</p> </div> <p>・</p> <p>○知的機能</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・誰が脳の質量が多いか予想してもらって全員手を挙げてもらう</li> <li>・クイズを踏まえながら神経細胞についての説明</li> <li>・脳の神経細胞、またはニューロンは情報の受信処理、伝達を行うために特化した構造を持っている。記憶や学習感情の処理など、私たちの思考や行動に深く関与している</li> <li>・言葉を使う、記憶する、理解する、考える、判断するなどの働きを知的機能という(資料2使用)</li> </ul>
	<div data-bbox="277 1400 1378 1458" data-label="Text"> <p>発問②知的機能はどのようなことを通じて発達するのか</p> </div>	<p>○ワークシートに記入</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・例を出して知的機能はどのようなことを通じて発達するのかを記入してもらう</li> <li>・知的機能の発達の仕方(資料3使用)</li> </ul> <p>過去の経験、知識が土台となる能力(判断力、説明力など)新しい場面への適応に必要な能力(思考力、暗記力、計算力など)</p> <p>新しいことに対処する能力は年齢と共に発達し、青年期以降には低下している。青年期までは初めて体験することが多いから徐々に発達している。</p>

	<p>○情意機能の発達</p> <p>・情意機能とは感情や意思のこと 意思の説明をして感情にはどんなものがあるのか生徒に問いかける</p>	<p>感情：嬉しい、楽しい、不安 意思：目的のために行動しようとする気持ちを合わせて情意機能</p> <p>・赤ちゃんのころは主に（興奮、快、不快） 年齢と共にいろいろな感情が芽生えてくる。 今では複数の感情が混じったりしている 例：入学式緊張するけど、新しい生活にわくわく（資料3使用）</p> <p>・感情と意思の説明が終わったら写真1 2 3を出す</p> <p>・自身が味わった達成感、充実感、感動体験についてワークシート記入後グループで発表</p> <div data-bbox="807 1003 1378 1565" style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>◇A 評価とするポイント 本時の授業で、人はそれぞれ個性、個人差があることを理解している ：ワークシートに人は個性があることについて記入されている</p> <p>◇C 評価 人は個性、個人差があることへの理解が不十分</p> <p>◇手だて 周囲の人の話を聞くように促し、様々な意見を取り入れさせる</p> </div>
--	---	--

ま と め	<ul style="list-style-type: none"> <li>・振り返りシート記入</li> <li>・まとめ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・これまでの経験が自分を成長させる。また人それぞれ個性があり十人十色だということ理解する。</li> <li>・それをふまえてワークシートの記入</li> </ul>
-------------	--	--

## 8 板書計画

5.心の発達（1）  
本時の目標  
☐心と脳の関係と、知的機能・情意機能の発達について理解しよう。  
☐知的機能・情意機能の発達にはそれぞれ何が影響するのか、具体例をあげてみよう。  
〈心の発達と脳〉

P 5 4  
資料①

〈問題〉情報サプリ

資料 4

〈知的機能の発達〉

記憶する

理解する

考える

判断する

⇒知的機能  
知的機能の発達の仕方  

p 5 5  
資料 2

(例)  
・赤ちゃん→障害物があっても進んでぶつかる  
今→判断して避ける  
・明日は大事な大会→今日は早く寝よう  
(考える) (判断)

〈情意機能の発達〉

情意機能 …感情や意思のこと

意思…目的のために行動しようとする気持ち  
感情…嬉しい、楽しい、不安（生徒の発言）  
感情の発達（分化）  

p 5 5  
資料 3

どうやって成長するのか  
感情 

さまざまな経験を通して

  
意思 

達成感

充実感

感動体験

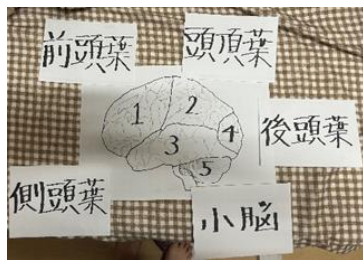
写真 1

写真 2

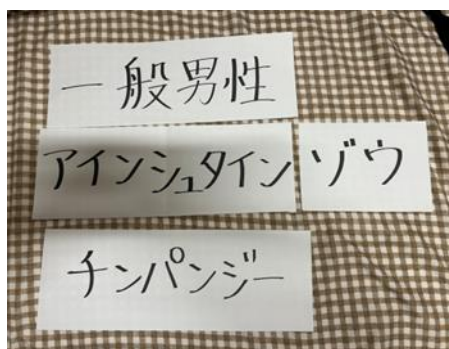
写真 3

## 9 資料

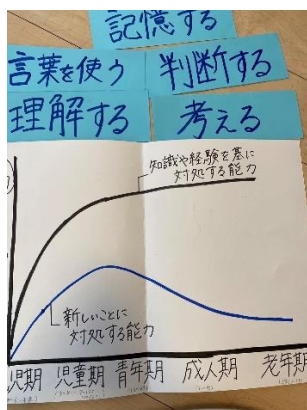
### 資料1



### 問題サブリ



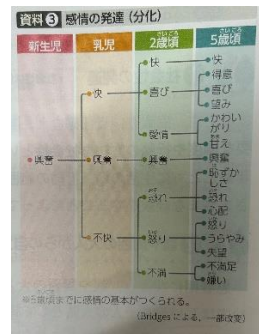
### 資料2



### 資料4



### 資料3



### 写真1.2.3



### スキャモンの発育曲線

