

# 中学校 1年生 保健体育科学習指導案

## 1 単元名 「心身の発達と心の健康」（心の発達（1）知的機能と情意機能の発達）

### 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、ストレスへの対処ができるようになる必要がある。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な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、循環器を中心取り上げるとともに、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、心身的には生殖に関わる機能が成熟し、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 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

|              |  |
|--------------|--|
| 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とする。        |
| 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とする。 |
| 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とする。                    |

### 4 生徒の実態と指導観

今の自分と小さい頃の自分との比較をしっかりしどのように考え方や感じ方が変わったか理解する。心の発達、知的機能の発達、情意機能の発達についてそれぞれのことに興味を持ちどのようなことがあるか自ら進んで取り組み理解を深めるよう学習を進める。グループ活動などを用いて自分の考えだけではなく他の人の意見や考えを聞いて新たな発見や自分との違いなどを知る。

## 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・発達の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、自己の認識が深まり、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こと。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> | 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。 | 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。 |

## 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)<br>知的機能と情意機能の発達<br>→思春期は心の発達のどんな時期に当たるだろうか。<br>→知的機能は何によって | ○  |       |    |

|   |                                       |  |  |  |
|---|---------------------------------------|--|--|--|
|   | 発達するだろうか。<br>➡情意機能は何によって<br>発達するだろうか。 |  |  |  |
| 6 | 心の発達(2)<br>社会性の発達                     |  |  |  |
| 7 | 自己形成                                  |  |  |  |
| 8 | 欲求不満やストレスへの<br>対処                     |  |  |  |

## 7 本時の展開

### ① 本時の目標

- ・心と大脳の関係と、知的機能・情意機能の発達について理解する。
- ・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、具体例を挙げて考えることができる。

### ② 展開

| 段階       | 学習活動【 学習内容 】  | 指導上の留意点 ◇評価  |
|----------|---|--|
| 導入<br>8分 | <p>1. 過去の自分と今の自分の考え方や感じ方はどのように変わったのか考える。</p> <p>・乳児期～幼児期後半まで、児童期・青年期の心の発達や知的機能・情意機能の発達の流れを知る。</p> <p>2. 思春期にはどのような感情が多くなると思うか考える。</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・過去と現在ではどのように考え方や感じ方が違うのか具体的に考えさせる。空いているスペースに書かせる。</li> <li>○具体的な例を取り出して生徒が理解できるように促す。</li> <li>○板書の文字は大きく生徒の発言に対してフィードバックをする。</li> <li>○全員が書けているか机間指導する。</li> <li>○学習内容の深層に繋がるような意見を考えるように促す。</li> <li>○微笑む・泣くことにより意思表示をし、関わる相手が好き・嫌いなどの基本的な信頼関係を表現する。</li> <li>○1歳半～3歳頃までは言語によって意思表示が出来るようになる。児童期には自分と他人の差を意識し有能感や劣等感を感じる。</li> <li>○思春期には自分と他人の違いを更に意識するようになり、物事について考えられるようになる。家族や友人、学校など様々な場面でストレスを感じ、葛藤が増える。</li> <li>○思春期にはどんな感情を持つことが多かったのか具体的に考えさせて空いているスペースに書かせる。</li> </ul> |

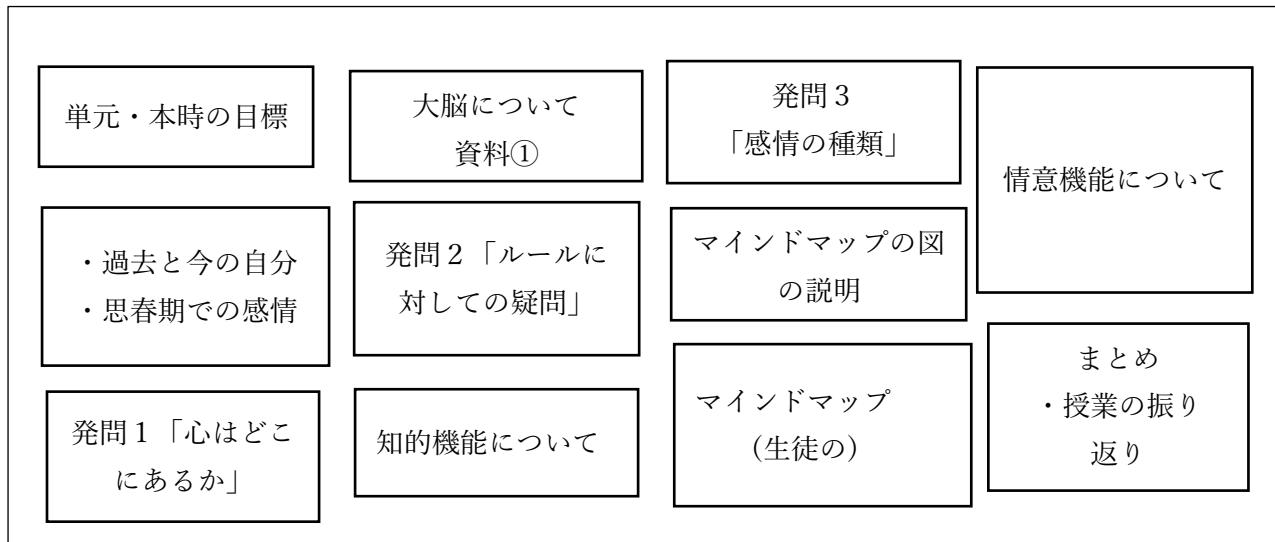
|                   |   |  |                          |  |  |
|-------------------|---|--|--------------------------|--|--|
|                   | <p>・感情がどのように発達してきたかを知る。</p>   | <p>せる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○具体例を出して生徒が理解できるように促す。</li> <li>○全員が書けているか机間指導する。</li> </ul> <p>・感情ができるだけ多く書くように促す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習内容の深層に繋がるような意見を考えるように促す。</li> <li>○感情の発達について説明し、中学一年生の子供達に感情にも発達があることを知ってもらう。</li> <li>○感情は分化しながら発達すると考えられている。生まれたばかりは「興奮」という状態があるだけで、それが不快や心地よさに分化し複雑化していく。それにより感情は怒り・悲しみ・不安・恐怖・得意・好きなど多くの感情を獲得していく。</li> </ul>   |                          |  |  |
|                   | <p>3. 【心の発達と大脳について知る。】</p> <p>発問1：心はどこにあると思いますか？</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px; vertical-align: top;">           ・個人で考える<br/>           ・全体に聞く         </td> <td style="padding: 5px; vertical-align: top;">           予想される生徒の反応：胸の中心にある。頭にある。         </td> <td style="padding: 5px; vertical-align: top;">           一人で考えた後、全体に聞き教師が指名し、発表してもらう。<br/> <ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒の発言にフィードバックをしっかりする。</li> <li>○まず「心」は何かを説明する。</li> </ul> <p>心は知的機能・情意機能・社会性の働きが関わっていて、知的機能・情意機能は次に説明するので社会性について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ただ話すだけにならないように生徒へ問い合わせることやわかりやすくポイントをしっかり伝える。</li> <li>○心の働きは大脳で営まれているということを説明する。ここがポイントなのでしっかり覚えてもらうよう強調する。</li> <li>○資料①の『大脳の働きと神経細胞の絡み合い』を使用し大脳について説明する。</li> <li>どこが重要なのかポイントをまとめてわかりやすく伝える。</li> <li>○思春期は大脳が急速に発達する時期で何がどのように発達するかを説明する。</li> <li>○大脳の様々な刺激によって発達するその刺激とは何かを説明する。</li> </ul> </td> </tr> </table> <p>○心は、知的機能、情意機能、社会性などの働きが関わり合って成り立っていることを理解する。</p> <p>○大脳は色々な刺激により発達することを理解する。</p> | ・個人で考える<br>・全体に聞く  | 予想される生徒の反応：胸の中心にある。頭にある。 | 一人で考えた後、全体に聞き教師が指名し、発表してもらう。<br><ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒の発言にフィードバックをしっかりする。</li> <li>○まず「心」は何かを説明する。</li> </ul> <p>心は知的機能・情意機能・社会性の働きが関わっていて、知的機能・情意機能は次に説明するので社会性について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ただ話すだけにならないように生徒へ問い合わせることやわかりやすくポイントをしっかり伝える。</li> <li>○心の働きは大脳で営まれているということを説明する。ここがポイントなのでしっかり覚えてもらうよう強調する。</li> <li>○資料①の『大脳の働きと神経細胞の絡み合い』を使用し大脳について説明する。</li> <li>どこが重要なのかポイントをまとめてわかりやすく伝える。</li> <li>○思春期は大脳が急速に発達する時期で何がどのように発達するかを説明する。</li> <li>○大脳の様々な刺激によって発達するその刺激とは何かを説明する。</li> </ul> |  |
| ・個人で考える<br>・全体に聞く | 予想される生徒の反応：胸の中心にある。頭にある。  | 一人で考えた後、全体に聞き教師が指名し、発表してもらう。<br><ul style="list-style-type: none"> <li>○生徒の発言にフィードバックをしっかりする。</li> <li>○まず「心」は何かを説明する。</li> </ul> <p>心は知的機能・情意機能・社会性の働きが関わっていて、知的機能・情意機能は次に説明するので社会性について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ただ話すだけにならないように生徒へ問い合わせることやわかりやすくポイントをしっかり伝える。</li> <li>○心の働きは大脳で営まれているということを説明する。ここがポイントなのでしっかり覚えてもらうよう強調する。</li> <li>○資料①の『大脳の働きと神経細胞の絡み合い』を使用し大脳について説明する。</li> <li>どこが重要なのかポイントをまとめてわかりやすく伝える。</li> <li>○思春期は大脳が急速に発達する時期で何がどのように発達するかを説明する。</li> <li>○大脳の様々な刺激によって発達するその刺激とは何かを説明する。</li> </ul> |                          |  |  |

|                  |   |   |
|------------------|---|---|
|                  |   | <p>○全体的に生徒に何を重点において伝えるのかしつかりポイントをおさえてわかりやすく伝える。</p> <p>○生徒に考えさせる時間を取り入れ考えることで理解が深まる。</p>  |
| 4. 【知的機能について知る。】 |   | <p>発問2：ルールに対してどのような疑問を持ったことがありますか？</p>  |
|                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・個人で考える</li> <li>・発表する。</li> </ul> | <p>○質問が少し難しいので例えば私はなぜ学校で携帯を使ってはいけないのか疑問に思ったことがあります。という例をあげて生徒が想像しやすくなる。</p> <p>○個人で考えた後何人かに発表してもらう。保育園の時はそれらのルールに何で守られなければいけないのだろうと疑問を持っていたか考えさせる。</p> <p>○発表してもらったことに対してフィードバックを行う。</p> <p>○保育園の時などは親がダメって言ったからルールは守らなくてはいけないからただ守っていただけということに気付かせる。</p> <p>○過去を振り返ることで今との比較ができる。</p> <p>○ルールに対しての具体例を出して生徒にわかりやすく伝える。</p> <p>○今生徒がルールに対して疑問を持っているのは様々な経験や学習を積み重ねていく中で、理解する、考える、判断するなどの知的機能が発達しているからということを説明する。</p> <p>○今生徒が出したルールに対して疑問に思うことは知的機能が発達しているということを説明する。</p> |
|                  | <p>予想される生徒の反応：</p> <p>髪染め禁止の校則<br/>自転車の二人乗り</p>                           |   |
| 5. 【情意機能について知る。】 |   | <p>発問3：感情とはどのような種類がありますか？</p>   |
|                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループを作り、考える。</li> </ul>           | <p>○グループは4人組で組ませる。</p>  |

|                             |   |   |
|-----------------------------|---|---|
|                             | <p>・グループの代表者が発表する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;">           予想される生徒の反応：嬉しい、悲しい、つらい等         </div> | <p>マインドマップの書き方の説明と、喜怒哀楽の4つの主な感情として、そこから広げてもらう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○紙に書いてもらったものを主な4つの感情の所から関係するワードをグループから1つにつき3つ以上黒板に書いてもらう。</li> <li>○3つ以上思い浮かんでいないグループには、見回りながら助言する。</li> <li>○生徒が貼ってくれたものをいくつかピックアップしてフィードバックする。</li> <li>○嬉しい・悲しい・怒りといった様々な気持ちのことを「感情」であることを説明する。</li> <li>○何人かの人に、今まで取り組んだ事の中で何が一番印象に残っているかを発表してもらう。</li> <li>○発表してくれたものを使い、「意志」について説明する。</li> <li>○「感情」と「意志」は経験によって発達することを説明する。</li> </ul> |
| <b>ま<br/>と<br/>め<br/>7分</b> | <p>6. 授業内容についてまとめ、振り返りシートに分かったこと・気が付いたことを書く。</p>  | <p>&lt;A評価とするポイント&gt;</p> <p>心は、知的機能、情意機能、社会性等の精神機能の総体として捉えられ、それらは生活経験や学習などの影響を受けながら、脳の発達とともに発達することを理解し、書き出したりしている。</p> <p>&lt;C評価&gt;</p> <p>心は、知的機能、情意機能、社会性等の精神機能の総体として捉えられ、それらは生活経験や学習などの影響を受けながら、脳の発達とともに発達することを理解していない、書き出せていない。</p> <p>&lt;C評価の生徒とする手立て&gt;</p> <p>ヒントを出しながら問いかける。<br/>分かりやすい言葉で伝え具体例を出す。</p>  |
|                             |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>○グループで発表してもらったことを関連づけて情意機能についてまとめる。</li> <li>○大脳辺縁系によって情意機能が働く。</li> <li>○前頭葉によって知的機能が働く。</li> <li>○大脳がいろいろな刺激によって発達し、心が生</li> </ul>   |

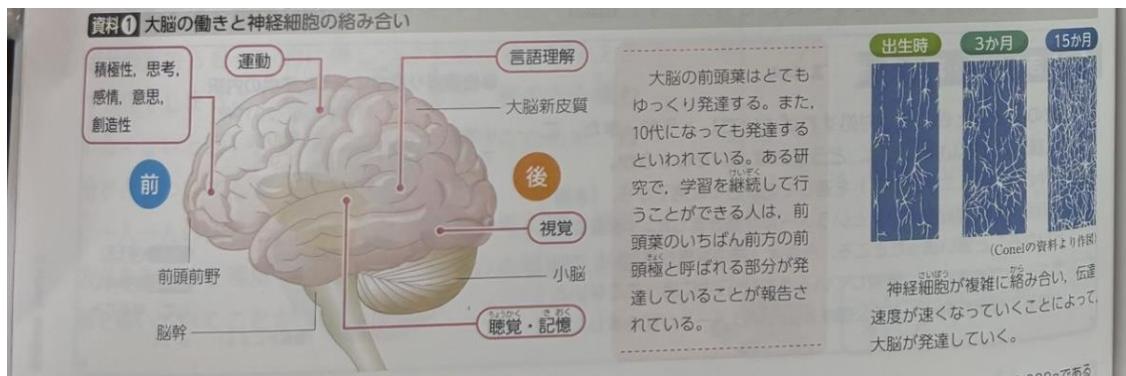
|  |  |
|--|--|
|  | <p>き生きと豊かに発達する。</p> <p>○知的機能は経験や考えること自分で判断することによって発達する。</p> <p>○情意機能は感情や意志があり自分の意志で取り組んだことの達成感や感動体験から発達していくということを説明する。</p> <p>○振り返りシートを書くように促す。</p> <p>○全員が書けているか机間指導する。</p> <p>○書いた感想を数名に発表してもらうよう促す。</p> |
|--|--|

## 8 板書計画

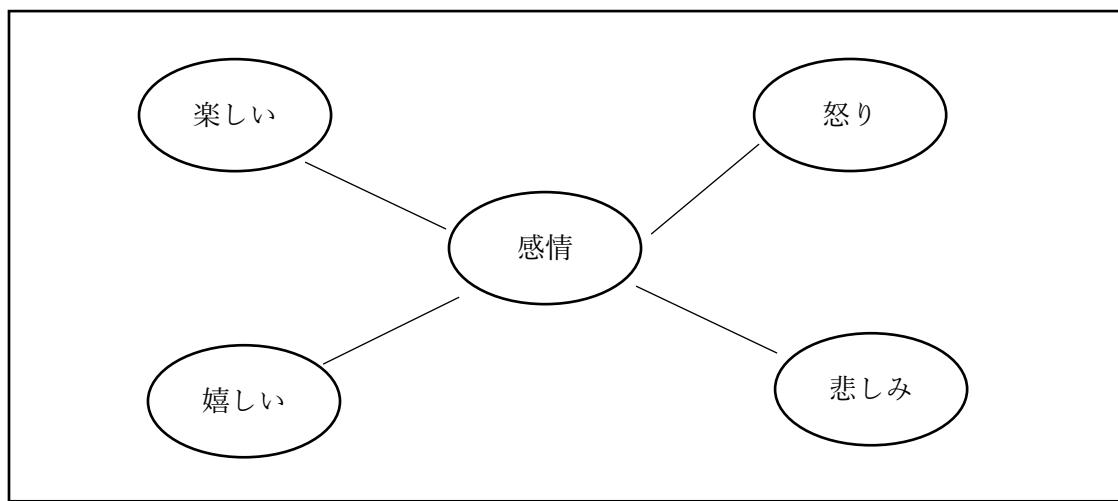


## 9資料

### ・P54 資料1 大脳の働きと神経細胞の絡み合い



### ・マインドマップ



心の発達(1)知的機能と情意機能の発達(P54~55)

( )年( )組 氏名( )

Q1.心はどこにあると思いますか？

Q2.ルールに対してどのような疑問を持ったことがありますか？

Q3.感情とはどのような種類がありますか？

<本時の振り返り>