

中学校(1)年生 保健体育科学習指導案

1 単元名 大単元「心身の発達と心の健康」 小単元（心の発達(2)社会性の発達）

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、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、身体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

知識・技能	健康な生活と疾病の予防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	健康な生活と疾病の予防、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	健康な生活と疾病の予防、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むとすることができるようにする。

4 生徒の実態と指導観

前時までに生徒は、精神と身体には密接な関係があり、互いに様々な影響を与え合っていることを理解し、心の状態が体にあらわれたり、体の状態が心にあらわれたりするの、神経などの働きによることを学習してきている。また、自分のストレス特性について理解し、解決すべきストレス課題を設定し、課題に合った対処法を調べている。そこで本時では、自分の調べた対処法を分かりやすく説明するとともに、他者の発表を聞くことを通して、よりよい解決に向けて思考し判断することで、相手や自分にとって最も効果的な解決策を探し出す力を身に付けさせることをねらいとする。そのためにまず、自分が調べてきた対処法を発表する。その際、自分とは異なる課題への理解を深めるために、異なるストレス特性のグループで交流を行う。次に、参加者のストレスを募り、対処法を考える。ここでは、その場で出た課題について対処法を考えることで、学んできた知識を発揮できるようにする。最後に、他者のストレスについてレポート課題を提示する。ここでは、身近な人物のストレスについて考えることで他者に伝える力を養い、生涯を通じて心の健康を保つための基本的な技能を身に付けるようにする。

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"> ・身体には、多くの臓器が发育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、发育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。 ・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。 ・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。 ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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	性はどう向き合うか			
5	心の発達（１）知的機能と情意機能の発達			
6	心の発達（２）社会性の発達 社会性は何によって発達するだろうか		○	
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

社会性の発達について理解しよう。

② 展開

段階	学習活動【 学習内容 】	指導上の留意点 ◇評価
導入 6分	<p>○挨拶・出席確認</p> <p>○前時までの学習を振り返り（２分程度） （知的機能・情意機能について）</p> <p>○本時のめあての確認</p>	<p>○出席確認の際に生徒の様子、体調を確認する。</p> <p>○「知的機能」と「情意機能」について振り返る。 知的機能言葉を使う、記憶する、理解する、考える、判断するなどの働きのこと。</p> <p>情意機能嬉しい、悲しい、楽しいなどの気持ちや、何かをしようとする意思のこと。</p> <p>○ワークシートを配布する。</p> <p>○ワークシートに名前を書くよう指示する。</p> <p>○P.56, 57 を開かせる</p>

	<div>めあて：社会性の発達について理解しよう</div> <p>○教科書 P 5 6. 5 7 を開く ○P. 5 6 の課題をつかむに取り組む</p> <div> <p>〈予想される生徒の反応〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴミ拾いをした <p>→地域の人に感謝されて嬉しかった。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・部活動で下級生の子にプレーを教えた <p>→その子が上手になったので自分も頑張ろうと思った。</p> </div> <p>→ワークシートに記入 ○隣の人と意見交換 ○「社会」ときいて何が思い浮かぶか考える ○隣の人を考える</p> <div> <p>〈予想される生徒の反応〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学校 ・地域 ・政治・経済 </div>	<p>○P.56 の「課題をつかむ」に取り組ませる →ワークシートに記入させる ○書いたことを隣の人と意見交換させる ○挙手させ発表してもらう ○今答えてもらったことが次は社会に出るうえでどう変化するか。</p> <p>○「社会」ときいて何が思い浮かぶか隣の人と考えさせる。</p> <p>○挙手させて発表してもらう ○「社会」人間が集まって生活を営む集団。人が二人以上いたら社会ということを伝える。 例) 部活 学校生活</p>
展 開 25 分	<p>○「社会性」についてワークシートに記入する</p>	<p>○社会→社会性になったらどう意味が変化していくか学んでいこうと思います。 ○前回の授業で「社会性」について触れたことを話す。 ○社会性の要点をまとめた文を板書する。 ○板書したことをワークシートの空欄に書くように指示する。 〈板書〉</p> <div> <p>自主性、協調性、責任感など、社会生活をしていくために必要な態度や行動の方法を社会性という。</p> </div>

発問1：今まで相手や環境に合わせて態度
や言動に気を遣ったことはありますか？

○例を提示して理解する。



○隣の人と意見交換

○P.56 の資料1 を見る

○自立について学ぶ

発問2：親や周囲の人に対して子供扱いしな
いと思ったことはありますか？

○その場で考えてもらう

○社会生活に必要な態度・行動って何だろう？と
いうことについて考えてもらう。

○発問①：今まで相手や環境に合わせて態度や言
動に気を遣ったことがありますか？

○例を提示する

資料1：電車でこのマークを見たときに席を譲っ
た。

高齢者の方が立っていたので席を譲った。など

○身近な例で考えるように促す。

→先輩に、、、お母さんに、、、など

○まずは個人で考えてもらう。

○机間指導を行う

○隣の人と話し合っ、どんなことがあるか意見
交換を行うよう促す。

○出たことを挙手して発表してもらう。

○今考えてくれたことが社会性ってことを伝え
る。

○教科書の資料1 のところを見るよう指示する。

○イラストについて触れる。

○テスト勉強などに進んで自ら取り組む。

○学校も部活も習い事なども集団だよね。協調性
をもって行動できているかな？と質問

○資料1 をもう一度ふれマナーやルールの話をし
る。

○思春期に起こる反抗期(第二反抗期)について説
明する。

○甘えたい気持ちと自立したい気持ちの間で揺れ
動いている。自立しようという時期には親などに
対して素直になれなく反抗的になってしまう。そ
れは、自分の気持ちをうまく表すことが出来ない
からで、心が育っている一つの表れでもある事を
理解させる。

<p>○3人くらいに発表してもらおう</p> <div data-bbox="229 302 702 546"> <p>〈予想される生徒の反応〉 門限に厳しい 「まだ子供なのだから」と言われる</p> </div> <p>○友だちとのつきあいでの社会性発達</p> <p>○自分の気持ちを伝えるにはどのようにすればいいか考える</p> <p>○自分の気持ちの落ち着かせ方、落ち込んでいる友達の励まし方の2つについてグループワークで考える(4人ずつで5分)</p> <p>○ワークシートに書く</p> <p>○代表者1人が黒板に書きに来る</p> <div data-bbox="229 1200 730 1366"> <p>〈予想される生徒の発問〉 自分の好きなことをして気を紛らわす 次はきつとうまくいくよと声をかける</p> </div> <p>○カウンセリングについて紹介する</p> <p>○社会性が育ってくことの大切さを理解する</p> <p>○友達との付き合い、関係性の変化</p> <p>演習</p> <p>○中学生になって初めましての人と仲良くなるにはどのようにすればいいのだろうか？</p> <p>・隣の人同士で上記の問いをふまえた演習を行う</p>	<p>○自分の気持ちの落ち着かせ方など考えさせる</p> <p>○社会性が育つ大切さとは何か、どう自立しに繋がっていくのか理解させる。</p> <p>○自立とは自分の考えだけで判断できればいいわけではないことを伝える。</p> <p>○このグループワークで出た考えが、今後より良い人間関係がはぐくめて、社会性や心の発達につながるということを理解させる</p> <p>○自立というのは、生徒から出された発問のように大人に保護されている、依存している状態から抜け出して大人になっていくものだとして理解させる</p> <p>○友達とのつきあいでは、楽しいことばかりではなく、きずつけたり、きずつけられたりといった苦い経験を経験すること、たくさんの経験を積み重ね、乗り越えていくことで、人とのつきあい方を学んでいくということを理解させる</p> <p>○生徒の発問のようにうまく友達とかかわっていくことで社会性が発達するということを理解させる</p> <p>○小学生と中学生の友達との付き合い方や、関係性についてどのように変化したのか記入するように促す。</p> <p>○ワークシートに言動や気を付けたことなどを記入させる。</p>
--	--

<p>○「こんな時、どうしてる？」</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>Aさんは3日後の授業で調べ学習の発表をしなければなりません。そこで、部活動が休みの今日、グループのメンバーを誘って図書館に行き、本で調べ学習を行おうと思っていました。しかしグループの1人のBさんが・・・</p> <p>(Bさん)</p> <p>「今日、遊びにいかない？発表の準備は前日にやれば大丈夫でしょ。」</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>(Aさん)</p> <p style="text-align: center;">＜5つの返答パターン＞</p> <p>A 理由を伝える 例) 今日しか取り組む時間がないから遊べない</p> <p>B 自分の気持ちを素直に伝える 例) 発表まで時間がないから調べ学習を終わらせたい</p> <p>C 代わりの案を提示する 例) 発表の後に遊ばないか</p> <p>D 繰り返し断る 例) 今日は無理なんだと繰り返す</p> <p>E 何かしらの嘘をついて断る 例) 親に勉強しろと言われている</p> </div> <p>・A.B.C.D.Eのパターンの中で同じ考えを持つ生徒でグループを作り交流する (交流内容)</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 自分自身が選択した理由 ② グループごとにふさわしいと考える返答の会話文をつくる <p>○グループでの交流内容を発表</p>	<p>○友達や周りの人との人間関係をつくり、維持していくために相手の気持ちを尊重して気持ちを伝えようとした経験はないか、問いかける。</p> <p>○悩みやどうしたらいいかわからないようなことが起こった時は、信頼できる友達や大人に相談したり、相談窓口があることなどを理解させる。</p> <p>○自分なりの上手に伝えるポイントや他のグループで良いと思ったポイントはメモしておくよう伝える。</p> <p>○どのグループがどのパターンを選んでいるのか挙手をさせて確認する</p> <p>○代表者にグループの選んだ理由をまとめて発表してもらいグループの中でふさわしい返答も会話の演習とともに発表させる</p>
--	--

	<p>○自分と同じように感じ、考える人もいることを知れば、心強く感じたり悩みや不安を持っているのは自分だけではないと気付いたりして、安心することができる</p> <p>○自分と違う考え方や価値観を知れば、自分自身を深く見つめ直すことにも繋がる</p>	<p>○他のグループの意見で共感やなるほど、と思ったことはメモさせる</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>〈思考・判断・表現等〉</p> <p>◆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。</p> <p>《A 評価とするポイント》</p> <p>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、それらを表現し他者に伝えようとしている。また、自分なりのポイントや意見をワークシートにまとめている。</p> <p>《C 評価とするポイント》</p> <p>自分の意見がなく、ディスカッションやグループワークに参加できていない。</p> <p>《努力を要する生徒への手立て》</p> <p>机間指導の間で質問や声掛けを行う、ワークシートに自分の意見や他者の意見も記入させる。またペアやグループでのディスカッションを用いて、意見を言いやすい環境や雰囲気をつくり発言を促す。</p> </div>
まとめ 13分	<p>○社会性とは年齢とともに、生活の場、行動の範囲、人間関係が広がり様々な経験をすることで発達する。</p> <p>○本時の感想をワークシートに記入する</p> <p>・自分で社会性を身につけさせるとともにどのよう</p>	<p>○社会性とはどう発達してなぜ社会性が大事なのか、心が育っていく中で起こる反抗期や友達との関係の変化についてもう一度確認する。</p> <p>○今日の授業のキーワード（社会性、自立、友達との付き合い）について簡単に振り返りを行う。</p> <p>○全員が大体書き終わったことを確認してワークシートを回収する。</p>

	<p>にしていくかなどのこれからの決意や考えを記入</p> <p>○次回の授業内容を簡単に説明</p> <p>○挨拶</p>	<p>○自分らしさとはなにか考えておくように伝える。</p> <p>○体調不良者や生徒に変わったことがないか確認しながら行う。</p>
--	--	---

8 板書計画

単元名	発問 2	グループワーク
発問 1		
社会性について		

9 資料



心の発達（２）

年 組 氏名 _____

教科書 P.56～57

◎課題をつかむ（P.56）

◎「社会」って聞いてなにが浮かぶ？

◎社会性とは…

_____、_____、_____、など社会生活をしていくために必要な
_____や_____の方法を社会性という。

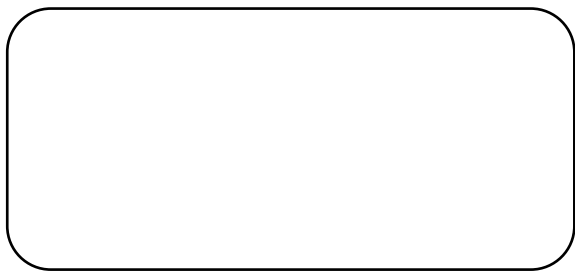
◎ 自分の気持ちの落ち着かせ方

友達が落ち込んでいるときの励まし方

－メモ－

◎ 初めましての人と仲良くなるには？

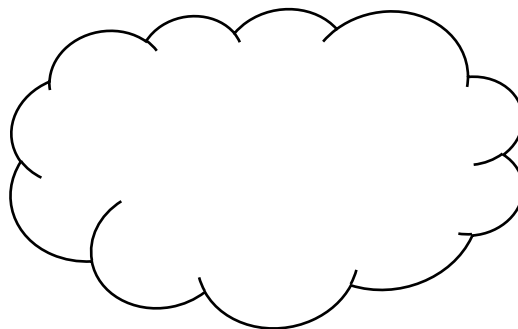
友達との付き合い方の変化



☆演習「こんな時、どうしてる？」・・・

【 】

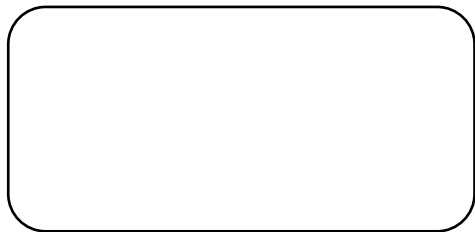
今日、遊びに行かない？
発表の準備は前日にやれば大丈夫でしょ。



○選択理由

個人

グループ



—メモ— （伝え方のポイントなど自分なりにメモしておきましょう）