

『小学ほけん』 学年別年間指導計画例 第4学年

◆2章 体の発育と健康

・教科書 P.23～P.40

・配当時数 4時間

章の目標	
<p>■体の発育・発達について理解すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 <p>■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。</p>	

時	学習活動	評価の観点
1. 変化していく体		
1時	<p>【はじめに】1年生の頃から、今までの間に身長はどれぐらい伸びたか、表に記入する。</p> <p>【話し合おう】小さい頃と比べて今の自分が大きくなったことは、どんなことからわかるかを話し合う。</p> <p>【話し合おう】P.26～27の挿絵を見て、男女6人の身長の伸び方の違いについて話し合う。</p> <p>【まとめ】体は年令とともに発育し、変化する。体の発育のしかたには個人差があり、これからの発育のしかたが人によって違うのは自然なことである。</p> <p>【学んだことを生かそう・伝えよう】身長がよく伸びた時期はいつ頃だったのか、家の人や身近な人に聞き、記入する。</p>	<p>○体は年令とともに発育し変化すること、発育には個人差があることを理解している。(知識・技能)</p> <p>○体の発育のしかたには個人差があることを、グラフなどの資料から読み取り、説明している。(思考・判断・表現)</p> <p>○これまでとこれからの、自分たちの体の変化のしかたについて関心をもち、個人差があることも含めて肯定的に捉えようとしている。(主体的に学習に取り組む態度)</p>
2. 思春期の体の変化① ～体の外にあらわれる変化～		
2時	<p>【はじめに】写真を見て、男女どちらの性別か考える。</p> <p>【考えよう】P.28の男女の写真を見て、大人に近づくとつれて、男女の体つきにどんな違いが現れてくるのかを考える。</p> <p>【調べよう】思春期に起こる体の変化には、どのようなものがあるのかを調べる。</p> <p>【まとめ】思春期には、体つきが変わる、毛が生える、声が変わるなどの体の変化が現れ始める。変化のしかたは男女によって違う。変化が始まる時期や、変化の現れ方には個人差がある。</p> <p>【学んだことを生かそう・伝えよう】体の変化について学習したことと、自分の成長とを結びつけて、考えたことや思ったことを記入する。</p>	<p>○思春期には体つきの変化や発毛など、体に変化が現れること、それらには男女差や個人差があることを理解している。(知識・技能)</p> <p>○思春期に現れる男女の体の変化について、資料を参考にしながら、個人差があることを説明している。(思考・判断・表現)</p> <p>○思春期の体の変化について、意欲的に調べたり考えたりして、変化することや個人差があることを肯定的に捉えようとしている。(主体的に学習に取り組む態度)</p>

3. 思春期の体の変化② ～体の中にあられる変化～		
3時	<p>【はじめに】「初経」・「精通」という言葉を聞いたことがあるか考える。</p> <p>【調べよう】思春期には、体の中でどのような変化が起きているのかを調べる。</p> <p>【考えよう】異性に関することで、経験したことや、見たり聞いたりしたことを考える。</p> <p>【まとめ】思春期には初経や精通が起こり、異性への関心も高まる。これらは大人に近づいているために起こる変化で、時期や起こり方には個人差がある。</p> <p>【学んだことを生かそう・伝えよう】例示された悩みについて、それぞれどんなアドバイスをするかを考え、記入する。</p>	<p>○思春期になると初経・精通が起こり、異性への関心も芽生えること、これらは個人差があるものの、大人の体に近づく現象であることを理解している。</p> <p>(知識・技能)</p> <p>○思春期の体の変化について学習したことを自分の体の発育・発達と結びつけて考え、表現している。</p> <p>(思考・判断・表現)</p> <p>○新しい生命を生み出す準備として自身の体に変化することについて受け止め、意欲的に学習活動に取り組もうとしている。</p> <p>(主体的に学習に取り組む態度)</p>
4. よりよい発育のために		
4時	<p>【はじめに】運動、食事、休養・睡眠について、w生活を振り返る。</p> <p>【考えよう】無理なく、毎日続けられる運動について考える。</p> <p>【調べよう】適切な運動が体にもたらす効果について調べる。</p> <p>【調べよう】よりよい発育のためには、どんな食品を食べるのがよいかを調べる。</p> <p>【話し合おう】バランスのよい食事について考え、話し合う。</p> <p>【考えよう】よりよい発育と、休養・睡眠には、どんな関係があるのかを考える。</p> <p>【まとめ】よりよい発育のためには、適切な運動、多くの種類の食品をバランスよくとる食事、十分な休養・睡眠が、毎日の生活に必要。</p> <p>【学んだことを生かそう・伝えよう】運動、食事、休養・睡眠で、今日から気をつけたいと思ったことを、それぞれ記入する。</p>	<p>○よりよい発育のためには、適切な運動、調和のとれた食事、休養および睡眠が必要であることを理解している。(知識・技能)</p> <p>○よりよい発育のためには、運動、食事、休養・睡眠などにおいて、どのようなところに気をつけたらよいのか、自らの生活を振り返りながら考え、説明している。</p> <p>(思考・判断・表現)</p> <p>○よりよい発育のための運動、食事、休養・睡眠について、意欲的に考え、実行しようとしている。</p> <p>(主体的に学習に取り組む態度)</p>