

1 単元名「こころとからだ」 小単元名「育ちゆく体とわたし」

2 小単元について

障がいのある児童も障がいのない児童と同様に、成長に伴って自他の体や心の変化に関心をもったり、成長の違いに不安を抱いたりする。また、高学年になると周りへの関心が高まり、友達関係で悩んだり、異性への関心も芽生えたりする。特別支援学級では、発達に個人差が大きいこともあり、思春期の心や体の成長に関しては、教科等を合わせた指導形態である「日常生活の指導」などにおける具体的な場面で指導をしていることが多いが、成長に伴って起こる心と体の変化について、一つの単元として取り上げて集中的に学ぶことは、児童の性に関する理解を深め、思春期を安心して迎えられることにつながるものと考えられる。

本単元では、年齢に伴って体つきが変化すること、体の成長には調和のとれた食事、適切な運動、休養及び睡眠が必要であること、思春期になると体の中にも変化が起こり、異性への関心も芽生えてくること、体の成長には個人差があることなどを学習する。児童が思春期の体の変化などについて正しく理解し、生活の仕方を見直すとともに、自他を互いに認め合うことができるようにしていきたい。また、この時期は異性への関心など、心の変化も起こり始めるが、心と体の変化が大人へと成長する過程であり、自然なことであることも理解させていきたいと考える。

指導に当たっては、グラフや図などの視覚的な教材を活用することで、児童の理解につなげていきたい。また、教師が経験を話すことに加え、家庭の協力を得て保護者の経験なども児童に伝えることで、成長に伴って起こる心と体の変化が児童にとって、より身近なものであると感じられるようにしていきたい。

3 小単元の目標

- ・体がよりよく成長するには、調和のとれた生活習慣が必要であることを知り、実践しようという意欲をもつ。
- ・思春期に起こる体の成長には個人差や性差があることを知る。

4 小単元の指導計画

時	学習内容・活動等
1	変化してきたわたしの体 ～入学から今までの身長・体重の変化をグラフにして知る。
2 3	大人に近づく体 ～体の外の変化と、体の中の変化を知る。
本時	
4	すくすく育て わたしの体 ～よりよい成長のためには、どのようなことに気を付けたらいいかを知る。

5 本単元を構成する教科・領域

保健体育、特別活動、道徳、自立活動

6 本時の目標

- ・思春期に起こる男女の体の変化や、体の中の変化について知る。
- ・体の変化は誰にでも起こることや個人差があることを知り、これからの自分の変化に見通しをもつ。

7 指導展開例

□：ねらい・課題

■：学習内容

□□□：発問・指示など

	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入	<p>入学から今までの身長と体重の変化を確認しよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グラフや数字を見る。 ・自分と友達を比較し、個人差があることを確かめる。 <p style="text-align: center;">これから体にどんな変化がおこるかな？</p>	<p>○前時に学習したことを提示する。</p> <p>○拡大した視覚的教材や、ワークシートを使って分かりやすく提示し、児童の意欲的な学びを支えていく。</p>
展開	<p>赤ちゃんの頃と今の自分の体の変化にはどのようなことがあるか考えてみよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに気付いたことを記入し、話し合う。 <p>今の自分が大人に近づくと、体にどのような変化があるか考えてみよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・思春期の体の変化について発表し合い、正しく理解する。 男の人の変化について 女の人の変化について <p>男女の体の中の変化について調べてみよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・初経や精通、月経と射精について知る。 ・新しい命を育むための働きを知る。 <p>体の変化はいつ頃から起こるのでしょうか。その時はどんな気持ちになるのでしょうか。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・先生や親の話を聞き、個人差について理解する。 <p>自分や友達が体の変化のことで、不安や悩みがある事例を提示し、どんな言葉をかけたらいいか考えよう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・これまで学習してきたことを生かして、ワークシートに記入する。 <p>思春期に起こる男女の体の変化や、体の中の変化には個人差がある。</p>	<p>○ワークシートの配布（資料1）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・友達とペアで記入したことを交流 ・学級全体で交流 <p>○資料を使って、子どもと大人の違い、男の人と女の人の違いを確認する。（資料2）</p> <p>○教科書や資料、ワークシートを使って、体の中の変化について理解を促す。（資料3）</p> <p>◆体の変化と体の中の変化に気付くことができたか。</p> <p>○これからの発育・発達に見通しをもち、不安が少なくなるようにする。（資料4）</p> <p>◆体の変化は誰にでも起こることや、個人差があることを知り、これからの心と体の変化に見通しをもつことができたか。</p>
まとめ	<p>今日の学習のまとめをしよう。</p> <p>○×クイズや学習カードに記入し、発表し合う。</p>	<p>○児童の率直な思いを大切に、肯定的に受け入れる。（資料5）</p>

【ワークシート1 (例)】

そだ からだ
育ちゆく体とわたし ワークシート

なまえ
名前 (さっぽろ 太郎)

あか ころ いま じぶん からだ へんか かんがえよう
赤ちゃんの頃と今の自分の、体の変化を考えよう！



例) 歯が生えた。
歩いたり、走ったりできる
ようになった。
話せるようになった。



【ワークシート2 (例)】

そだ からだ
育ちゆく体とわたし

なまえ
名前 (さっぽろ 太郎)

おとな ちか からだ へんか
大人に近づくと、体はどのように変化するでしょう。

おんな ひと
〈女の人〉

【女の人】

- ・にきびができやすくなる。
- ・(声) が少し低くなる。
- ・(胸) がふくらんでくる。
- ・(わき) の下や
(性器) の周りに、
毛が生えてくる。
- ・丸みのある体つきに
なってくる。



おとこ ひと
〈男の人〉

【男の人】

- ・にきびができやすくなる。
- ・(ひげ) が生えてくる。
- ・(声) が低くなる。
- ・(わき) の下や
(性器) の周りに、
毛が生えてくる。
- ・筋肉がついて、
がっしりした体つきに
なってくる。



◎今の自分は、どのくらい変化が起きていますか？

- ①まだ変わっていない ②少し変わってきた ③だいぶ変わってきた

【資料3】

からだ 育ちゆく体とわたし

おとな ちか からだ へんか
大人に近づくと、体はどのように変化がおこるでしょう。



＜女子に起こる変化＞
女子では、思春期になると、月に1回くらい、卵巣から（卵子）が出されるようになります。それに合わせて、子宮の内側のまわりの栄養をふくんだ血液であつくなります。しばらくすると、まわりがはがれ、血液とともに体の外に出されます。これを（月経）といい、初めての月経を（初潮）といいます。

＜男子に起こる変化＞
男子では、思春期になると、いんけいがしげきを受けたときや、眠っている間に、白い液が出ることがあります。これを（射精）といい、初めての射精を（精通）といいます。この白い液は精液といい、その中には（精子）がまぎっています。

思春期になって、月経や射精が起こるようになったということは、新しい命を生み出す準備が始まったしるしです！



【資料4】

からだ 育ちゆく体とわたし


名前（記入例）

◎体にどんな変化が、いつごろ起きたのか、


どんな気持ちだったか、教えてもらったよ。

<p>Aさんのお父さん 6年生の時に、ひげが生えることに気付きました。びっくりしたけど、お父さんに「大人の仲間入りだ」と言われて、うれしかったです。</p> 	<p>Bさんのお母さん 学校で勉強した時に、「自分にも月経がくる。その時どうしよう。」と、とても不安だったけど、保健室の先生が「家ではお母さんに、学校では私に相談すれば大丈夫だよ。」と、言ってもらえて安心しました。</p>
<p>Cさんのお父さん 6年生になってお風呂に入っている時に、気が付いたら、性器の周りに毛が生えていました。誰にも言えずに恥ずかしかったけど、修学旅行で父だちにも毛が生えているのが見えて、「案だちも、みんな毛が生えた」と安心したことを覚えてます。</p>	<p>Dさんのお母さん 5年生になってから、急に鼻が伸びて、背の伸びで並ぶ時に、後ろの方になりました。体も丸みのある体つきになってきました。</p> 

こんな時、どんな言葉をかけてあげますか？
自分だったらどうする？！

 最近、みんなより声が低くなってきた・・・。クラスでぼくだけが低い声なので、音楽で歌を歌うのも、勉強で発表するのも嫌になってきた・・・。笑われそうで・・・。

(例)
だいじょうぶだよ。成長して、ふつうのことだから、はずかしくないよ。



【資料5】

からだ 育ちゆく体とわたし

おとな ちか からだ がくしゅう
「大人に近づくと体」学習のまとめ

名前（さっぼろ 太郎）

- ◎正しいと違うものには○、間違っていると違うものには×をつけましょう。
- ①大人への体の変化が起こる時期を、思春期という。(○)
- ②体つきに変化の起こる時期や変化の起こり方は、みんな同じである。(×)
- ③声が低くなるのは、男の人だけである。(×)
- ④女の人は、丸みのある体つきになる。(○)
- ⑤男の人は、筋肉がついてがっしりした体つきになる。(○)
- ⑥思春期に起こる体の中の変化として、女子では精通が起こる。(×)
- ⑦思春期に起こる体の中の変化として、男子では初潮が起こる。(×)
- ⑧新しい命のものになるものは、卵子と精子である。(○)
- ⑨体にいろいろな変化が起こるのは、ホルモンの働きによる。(○)

今日の学習で分かったことや、感想を書きましょう。
(例)
自分の体の変化のを知ることができました。成長は人それぞれだから、なやんでいる友達にやさしく声をかけてあげることが大切だと思います。

1 単元名「心と体」 小単元名「心の成長」

2 小単元について

中学生は思春期における心と体の変化を迎える時期である。障がいのある生徒も個人差は大きい障がいのない生徒と同様の発達段階にあり、体に変化してきたり異性への関心が芽生えてきたりする時期である。しかし、障がいのある生徒は、性に関する基礎的な知識が不足していたり、その特性から他者の意図や感情を理解するなど、人との関わりに課題があったりする。また、目に見えない心や心と体の関係についての具体的な理解が難しい様子が見られる。本学級の生徒も、生徒同士の活発なコミュニケーションが見られるが、相手と関わる際の配慮不足などから、トラブルになる様子が見られている。

本単元では、思春期における体の変化とともに、相手に対する思いやりの気持ちなど心の成長に関する内容を扱う。また、本単元を通して、思春期は体の変化とともに心も成長する大人になるための大切な過程であることや、大人になるためには、どのようなことが大切なのかなどに気付かせていきたい。

指導に当たっては、具体的な行動の仕方などの理解が深まるよう、ロールプレイなどによって適切な行動を具体的に学ばせていく。また、個に応じた理解が深まるよう、異性との関わりを学習する際には、男女別のグループで指導する。

3 小単元の目標

- ・体とともに心も成長することを知る。
- ・相手のことを思いやり、相手の立場に立って行動することの大切さに気付く。

4 小単元の指導計画

時	学習内容・活動等
1	心の成長1～ 体の成長と心の成長、思春期における体の変化
2	心の成長2～ 挨拶について、話を聞く態度、時間を守ること、目上の人への話し方や友達との関わり方 思いやりの気持ち①
3 本時	心の成長3～ 思いやりの気持ち②
4	心の成長4～ 対人関係・異性との関わり（男女別のグループで指導）
5	心の成長5～ まとめ

5 本単元を構成する教科・領域

保健体育、特別活動、道徳、自立活動

6 本時の目標

- ・人とぶつかったときにかける思いやりのある言葉を知ることができる。
- ・思いやりのある言葉で自分の気持ちを伝えることができる。

7 指導展開例

□：ねらい・課題

■：学習内容

⋯：発問・指示など

	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入	<ul style="list-style-type: none"> ・本時の学習のテーマを知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○テーマを板書する。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">人とぶつかった時になんて言えばいいだろう</div>	
展開	<ul style="list-style-type: none"> ・寸劇が行われることを知る。 ・寸劇の内容と配役を知る。 【配役】 ぶつかってしまう人…教師 立っている人…教師 座っている人…教師 【場面】 ぶつかって無言で通り過ぎていく。 ・寸劇を見る。 ・寸劇のおかしいところを考える。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;">『何がいけなかったのかな？』</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin: 5px 0;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">ぶつかったこと。</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">何も言わなかったこと。</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">謝らなかったこと。</div> </div> <ul style="list-style-type: none"> ・ぶつかられた人の気持ちを考える。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;">『ぶつかられた人はどんな気持ちだろう？』</div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin: 5px 0;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">痛かったと思う。</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">むかついたと思う。</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">嫌な気持ち。</div> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px 0;">↓</div> <ul style="list-style-type: none"> ・「嫌な気持ち」になったことを知る。 ・ワークシートを見て活動内容を知る。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;">嫌な気持ちの顔からニコニコな顔になるためには、何て言ったらいいかな？ 考えてワークシートに書いてみよう。</div> <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートに記入する。 ・ワークシートで考えた答えを実演する。 <p>(1) 好ましくない答えを実演する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ぶつかってしまう人…教師 立っている人…生徒 座っている人…教師 <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin: 5px 0;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">そこにいるのが悪い。</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">じゃまだ。</div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 5px; text-align: center;">どける。</div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○寸劇の内容と配役について説明する。 ○「ぶつかってしまう人」に注目してみるように伝える。 ○教師が日常の場面を大げさに演じる。 ○挙手して答えるように促す。 ○ぶつかられた人が「嫌な気持ち」になったことを全体で確認する。 ○ワークシートではセリフを3つの選択肢から選ぶ「選択式」も用意する。 ○実演する生徒を指名する。 寸劇の内容と配役を全体で確認する。 ○好ましくない答えが生徒から出なかった場合には、あらかじめ用意した好ましくない状況を演じる。

