

◆授業のポイント◆

- ・ 学習を振り返り、次の学習への見通しを立てる活動の工夫

保健体育科学学習指導案

学 級 1年4組 (男子21名 女子18名 計39名)
場 所 1年4組教室 (1年棟4階)
授業者 教 諭 今 藤 志 津 香

1 単元 心身の発達と心の健康 (全10時間)

2 題材 「呼吸・循環機能の発達」

3 本時の実際 (2/10)

(1) 目標

- ① 自分の体について関心をもつことができる。(関心・意欲・態度)
- ② 呼吸・循環機能のしくみ・発達のしかたについて理解することができる。(知識・理解)
- ③ 持久力を高めるためにはどうしたらよいか、また持久力を高めることによってどのように呼吸・循環機能が発達するか理解することができる。(思考・判断・知識・理解)

(2) 展開

過程	学 習 活 動	時間 形態	○指導上の留意点 ◎評価 ※授業のポイントについて
導 入	1 呼吸数と脈拍数について (1) 自分の呼吸数と脈拍数を予想してから1分間の呼吸数と脈拍数を測定する。 15秒×4 (2) 赤ちゃんと中学生の呼吸数・脈拍数を比べるとどのように変化するか考え、その変化のしかたを見る。 2 本時のねらい・学習の流れを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">呼吸・循環機能の発達について考えてみよう。</div>	7分 個人 一斉	○ 自分の1分間の呼吸数・脈拍数を推測させる。 ○ 呼吸の数え方や脈拍のはかり方を説明する。 ◎ 自分の呼吸や脈拍に関心をもって意欲的に取り組むことができたか。(関心・意欲・態度) ○ 呼吸数・脈拍数の年齢による変化を考えさせた後に電子黒板で年齢による変化のしかたを表示する。 ※ 本時の学習のねらいや流れを理解させ、学習の見通しをもたせる。
展 開	3 呼吸機能の発達 (1) 呼吸器のしくみとガス交換について知る。 (2) 呼吸機能の発達のしかたについて知る。 4 循環機能の発達 (1) 血液の流れを知る。 (2) 循環機能の発達のしかたについて知る。 5 持久力の高め方 (1) 持久力を高めるためには、どのように運動をすればよいかペアで考える。 (2) 持久力を高めるための運動のしかたについて知る。 (3) 持久力を高めることによって呼吸・循環機能がどのように発達するか知る。	38分 一斉 ペア 一斉	○ 呼吸器のしくみとガス交換について電子黒板を用いて説明する。 ○ 肺活量や呼吸運動のしくみについて説明を行う。 ◎ 呼吸機能のしくみやその発達のしかたについて理解することができたか。(知識・理解) ○ 血液の流れを電子黒板を用いて説明する。 ◎ 循環機能のしくみやその発達のしかたについて理解することができたか。(知識・理解) ○ 持久力を高めるための運動の「強さ」「時間」「頻度」について選択肢を与えペアで考えさせる。 ○ 持久力を高めるために効果的な運動の「強さ」「時間」「頻度」があることを理解させる。 ◎ 持久力を高めることによってどのように呼吸・循環機能が発達するか理解することができたか。(知識・理解)
終 末	6 授業の感想をワークシートに記入する。 7 次時の学習内容を確認する。	5分 個人 一斉	○ 学習を振り返らせ、授業の感想や今後持久力を高めるためにどのようにしていきたいかワークシートに記入させる。 ◎ 持久力を高めるために今後どのように生活したらよいか考えることができたか。(思考・判断)

(3) 評価

- ① 自分の体について関心をもつことができたか。
- ② 呼吸・循環機能のしくみ・発達のしかたについて理解することができたか。
- ③ 持久力を高めるためにはどうしたらよいか、また持久力を高めることによってどのように呼吸・循環機能が発達するか理解することができたか。