

第4学年 体 育（保健領域）

第4学年の学習到達目標

体の発育・発達について理解できるようにし、身近な生活において健康で安全な生活を営む能力を育てる。

第4学年の主な学習内容

学期	単元名	学習のねらい	学習内容
前期	わたしは 4年生	入学後の自分の身長や体重を健康カードなどから調べて、表に記入し、わかったことをまとめようとしている。 からだの発育・発達のしかたは、年齢や人によって違いがあること、女子と男子によっても違いがあることがわかる。	赤ちゃんのころから現在までの自分の身長や体重の変化について話し合う。 入学後の自分の身長や体重と1年間ごとに増えた量を調べる。 教科書の絵と身長や体重のグラフを使って、それぞれの身長の伸び方を比べ、その違いを考える。
	よりよい からだの 育ち	たんぱく質、カルシウム、ビタミンを多く含む食品を見つけることができる。 からだをよりよく発育・発達させるためには、調和のとれた食事、適度な運動や休養・睡眠が必要であることがわかる。 からだをよりよく発育・発達させるために、食事、運動、休養・睡眠のそれぞれについて、気をつけて生活しようとしている	からだがよく育つために大切な食べ物について、ある日の給食の献立を例に調べる。 からだの疲れをとるためにするとよいことを話し合う。 からだの育ちによい運動のしかたを考える。
	おとなへ のからだ と心の変 化	おとなに近づくにつれて、からだつきが変化し、一般的に、女子はふっくらとしたからだつきになり、男子はがっしりとしたからだつきになることがわかる。 思春期に現れるからだの外的変化の様子で、女子と男子との違いや、共通点をまとめようとしている。 男女のからだつきや、思春期に現れる変化の様子には、男女差や個人差があることに気づくことができる。 思春期になると、女子には初経、男子には精通が起こることがわかる。 思春期になると、異性のことが気になりだすことを肯定的にとらえることができる。 女子と男子との協力について、自分の考えを発表しようとしている。	おとなに近づくにつれて、女子と男子のからだつきにどのような違いが現れるか話し合う。 思春期に現れる、女子と男子のからだの外的変化を調べる。 思春期になると、女子には初経、男子には精通が起こり、からだの中でも大人への準備が始まることを理解する。 異性との関係で、自分が経験したことについて考える。 女子と男子で協力し合うことの大切さについて話し合う。

評価の観点・方法

<p>(1) 評価の観点</p> <p>【健康・安全への関心・意欲・態度】</p> <p>身近な生活における健康・安全に関心を持ち，自ら健康的な生活を送るため，進んで学習に取り組もうとしている。</p> <p>【健康・安全についての思考・判断】</p> <p>体の発育・発達について，課題の解決を目指して考え，判断している。</p> <p>【健康・安全への知識・理解】</p> <p>体の発達・発育について，課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し，知識を身に付けている。</p>	<p>(2) 評価の方法</p> <p>自己評価場面を大切にします。</p> <p>ペーパーテストやプリントの記述だけでなく，話し合いの様子，調べ学習の様子，資料の読み取り，記述・発言の内容などから多面的に評価します。</p>
---	---

特色ある学習方法

<p>(1) 健康・安全と運動とのかかわりについて体験的な活動を通して理解を深めるように，特に保健と体育の関連を重視した学習を行います。</p> <p>(2) 進んで健康問題に取り組み，解決する力を育てるため，身近な日常生活の体験を題材にして課題を設定し，具体的に考えたり話し合ったりするグループ活動や調査活動などを取り入れます。その中で，生活の中に生かしていく実践的な理解を図ります。</p> <p>(3) 養護教諭や学校栄養職員など専門性を有する教職員等と協力して学習を進めます。</p>
--

使用材教等

<p>教科書「新しいほけん 3・4年」(東京書籍)</p> <p>学習の興味を高め，理解を深めるため，絵や写真，VTRなどを教材として活用します。</p> <p>自分自身の生活を振り返り見直すために，調査したり記録したりしたものを教材として活用します。</p>
--

留意事項

<p>家庭や地域社会での様々な生活体験や社会体験，自然体験は，学習で学んだ知識や技能などを確かなものにしていきます。学習内容が自分の生活と結びつくために，お互いに連携・協力を図り，子どもたちの心と体の健全な成長を見守っていきたいと考えています。</p>
--