

中 学 校

指導事例 1 – ① 生殖に関わる機能の成熟

対象：第1学年

教科等：保健体育科

★教育課程上の位置付け

保健体育科「心身の機能の発達と心の健康」

(2) 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処をすること。

(ア) 身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、発育・発達の時期やその程度には、個人差があること。

(イ) 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。

イ 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて考え判断するとともに、それらを表現すること。

1 単元の目標

- (1) 思春期には、ホルモンの働きにより生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られ、妊娠が可能となることや、異性の尊重、性情報への対処等、性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることを理解することができるようにする。
- (2) 心身の機能の発達と心の健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすること等と関連付けて、解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにする。
- (3) 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。

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、精通等について学習している。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等についても学習している。

ここでは、身体的な成熟に伴う性的な発達に対応し、個人差はあるものの、性衝動が生じたり、異性への関心等が高まったりすること等から、異性の尊重や性情報への対処等性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることを理解できるように指導する。

⑤

3 単元計画

時	学習内容
1 2 (本時)	生殖に関わる機能の成熟 ○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。
3	成熟の変化に伴う適切な行動等 ○生殖に関わる機能の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。

4 本時の指導（全3時間中の2時間目）

(1) 目標

- ・ 思春期には、生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、妊娠が可能となることを理解することができるようにする。(知識)
- ・ 心身の機能の発達について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、発達の状況に応じた健康を保持増進する方法を見出すことができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- ・ 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

(2) 展開例

段階	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 (5分)	1 思春期の体の変化について前時を振り返る。 <予想される反応> ・ 体の変化はホルモンの影響による。 ・ 女性では排卵や月経が起こる。 ・ 変化の起こる時期には個人差がある。 ・ 月経は約4週間に一度ずつ繰り返される。	○前時までに、思春期の体の変化、排卵と月経の仕組みについて学習したことを確認する。 ○発表しやすい雰囲気となるよう配慮する。 ○体の変化は男女それぞれに起こることに関心をもたせ、本時の目標につなげるようにする。
	生殖機能の発達と妊娠について考えよう	
	2 射精の仕組みを知る。(学習内容) ・ 男子の生殖器の仕組み ・ 射精が起こる仕組み	○男子の生殖器と射精の仕組みについて説明する。 ・ 精液は、精巣で作られた精子と精のうや前立腺から出る分泌液が混ざったもので

<p style="text-align: center;">展開 (35分)</p>	<p>3 受精と妊娠の仕組みを知る。 (学習内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・受精の仕組み ・着床までの流れ ・妊娠までの流れ <p>4 月経や射精が起こる意味について考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>月経や射精が起こるのはどうしてでしょう。</p> </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・身体が大人に近づいた。 ・生殖機能が成熟した。 	<p>あること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・射精は、精液が尿道を通過して体外に射出されること。 ・射精は周期的なものではなく、心身の性的な興奮や刺激によって起こること。 <p>○受精から妊娠について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・精子が、膣から子宮を通過して卵管へと泳いでいき、この時に排卵された卵子が卵管に来ていれば、受精が起こる場合があること。 ・着床とは、受精卵が子宮内膜に潜り込むこと。 ・着床してから女性の体内に胎児が宿り、赤ちゃんが生まれるまでの状態を妊娠ということ。 <p>○心身の機能は生活経験等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気付くよう促す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生殖機能の成熟は、新しい生命を誕生させることが可能になったということ。 <p>◆【知識・技能】</p> <p>生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られ、妊娠が可能となることについて、理解したことを言ったり、書いたりしている。</p> <p>(観察・ノート)</p>
<p style="text-align: center;">まとめ (10分)</p>	<p>5 本時の学習の振り返りとまとめをする。</p>	<p>○月経や射精が起こるようになったのは、生殖機能が成熟し、新しい生命を誕生させることが可能になったということを知らせる。</p>

⑤

5 指導のポイント

本単元では、思春期における性意識の変化を理解するとともに、身体的な成熟に伴う性的な発達に対応し、個人差はあるものの、性衝動が生じたり、異性への関心等が高まったりすること等から、異性の尊重、性情報への対処等性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることを理解できるようにする。また、現在及び将来の生活において性意識や性衝動に関する課題に直面した場合に、適切に対処し改善していくための知識、技能や思考力、判断力、表現力等の資質・能力を育成することがねらいである。

総合的な学習の時間において、「健康」に関する現代的な諸課題に対応するために、探究的な活動に主体的・協働的に取り組み、互いの良さを生かしながら積極的に社会に参画する態度の育成を育むことが考えられる。例えば、総合的な学習の時間における課題解決的な学習の導入として、本授業を位置付けることができる。具体的には本単元での学びを基盤として、総合的な学習の時間において、思春期の性意識の変化と性に関する適切な態度や行動の選択について生徒が課題を設定し、その解決に向けた方針や方法を探求していくことが考えられる。

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
1年	保健 体育	<p>心身の機能の発達と心の健康</p> <p>生殖に関わる機能の成熟</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 思春期には、生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、妊娠が可能となることを理解する。 ・ 心身の機能の発達について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、発達の状況に応じた健康を保持増進する方法を見出す。 ・ 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組む。

教科等横断的な指導の工夫

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
1年	理科	<p>いろいろな生物とその共通点</p> <p>動物の体のつくりと生活</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 身の回りで見られる動物を観察・調査し、動物の体のつくりや生活のしかたとの関係性を考察する。 ・ 肉食動物と草食動物の相違点について考える。 <p>骨のある動物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 動物が背骨の有無によって、脊椎動物と無脊椎動物に分けられることを理解する。 ・ 脊椎動物を分類する特徴について話し合い、分類の観点を発表する。 ・ 動物の種類による産卵（子）数の違いについて考える。 <p>背骨のない動物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 無脊椎動物の特徴となかまについて理解する。 <p>動物の分類</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 学習した動物のなかまごとの特徴を手掛かりに、種類が分からない動物を分類する。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>性に関する指導の視点</p> <p>哺乳類については胎生であるため、子は母親の子宮内で酸素や栄養分をもらい、ある程度成長してから生まれることから、ヒトについても母体内で成長してから生まれることを理解できるようにする。</p> <p>ワンポイントアドバイス</p> <p>生まれる子や卵の数に違いがある理由を考えることで、哺乳類や鳥類は子や卵の数は少ないが、親に大切に守られ、大人にまで育つことができることに気付くことができます。</p> </div>

<p>3年</p>	<p>理科</p>	<div style="background-color: #f0f0f0; padding: 5px; border: 1px solid black; margin-bottom: 10px;"> <p style="text-align: center;">生命の連続性</p> <p>生物のふえ方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 生物のふえ方の共通点と相違点や、親と子の特徴の関係性について話し合う。 ・ 無性生殖の特徴に気付く。 ・ 動物の有性生殖について、受精から発生の過程を理解する。 ・ 被子植物の有性生殖について、受精から発生の過程を理解する。 <p>細胞のふえ方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 生物が成長するときの細胞の変化について話し合う。 ・ 細胞分裂をするときの細胞の変化について、観察を通して考察する。 ・ 親と子の染色体の数が同じに保たれるしくみについて考察し、減数分裂と体細胞分裂の違いを理解する。 <p>親から子への特徴の伝わり方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 遺伝子の受け継がれ方について、無性生殖と有性生殖の違いを理解する。 ・ メンデルの遺伝の実験内容や結果を知り、顕性形質と潜性形質の現れ方について考える。 <p>遺伝のしくみ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 遺伝子の伝わり方について、記号に置き換えて説明する。 ・ 遺伝子のモデル実験を行い、子や孫の形質の割合を確認する。 <p>遺伝子の本体</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ DNAや遺伝子に関する技術が様々な場面で利用されていることを理解する。 </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>性に関する指導の視点</p> <p>有性生殖については、受精によって新しい個体が生じ、受精卵の体細胞分裂によって複雑な体がつくられることや生物がふえていく時に親の形質が子に伝わることを理解できるようにする。</p> <p>ワンポイントアドバイス</p> <p>生物のふえ方を観察し、有性生殖と無性生殖の特徴を考え、見出すことで、生殖によって、親から子へと生命はつながっていることを理解することができます。</p> </div>
-----------	-----------	---

思春期には、生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られ、妊娠が可能となることを理解することができる。

また、生物は子が誕生することで、親から子へ生命が受け継がれることの素晴らしさに興味・関心を持ち、生命を尊ぶ態度を育成することが期待できる。

指導事例 2 欲求やストレスへの対処と心の健康

対象：第1学年

教科等：保健体育科

★教育課程上の位置付け

保健体育科「心身の機能の発達と心の健康」

(2) 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア 心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処をすること。

(I) 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。

イ 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するとともに、それらを表現すること。

1 単元の目標

- (1) 精神と身体の影響、欲求やストレスの心身への影響と適切な対処について理解するとともに、ストレスへの対処の方法を身に付けることができるようにする。
- (2) 心の健康について、課題を発見し、その解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにする。
- (3) 心の健康について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。

2 単元について

本単元では、心の健康についての課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすること等と関連付けて、その解決を目指した学習活動を通して、精神と身体は相互に影響を与え関わっていること、心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があることを理解できるようにする。また、ストレスへの対処には様々な方法があることを知り、その中からストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であることを理解できるようにする。さらに、リラクセーションの方法等を取り上げ、ストレスによる心身の負担を軽くするような対処の方法ができることを目指している。

心の健康について、課題を発見し、その解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことのできる学習活動を展開することで、現在及び将来の生活における心の健康に関する課題に直面した場合に、的確な思考、判断、表現ができるよう、心の健康を適切に管理し、改善していく思考力、判断力、表現力等の資質・能力を育成していきたい。

⑥

3 単元計画

時	学習内容
1	精神と身体の間わり ○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ていること、心の状態が体に現れたり、体の状態が心に現れたりするのは、神経等の働きによること。
2	欲求への対処 ○心の健康を保つには、適切な生活習慣を身に付けるとともに、欲求やストレスに適切に対処する必要があること、欲求には、生理的な欲求と心理的、社会的な欲求があること、精神的な安定を図るには、日常生活に充実感を持てたり、欲求の実現に向けて取り組んだり、欲求が満たされない時に自分や周囲の状況からより良い方法を見つけたりすること。
3	ストレスへの対処① ○ストレスとは、外界から様々な刺激により心と体に負担のかかった状態であり、適度なストレスは精神発達上必要なものであること、過度なストレスは、心身の健康や生命に深刻な影響を与える場合があること、ストレスへの対処には、様々な方法があり、その中からストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であること。
4 (本時)	ストレスへの対処② ○ストレスへの対処には、様々な方法があり、その中からストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であることを理解するとともに、リラクセーションの方法を取り上げ、ストレスによる心身の負担を軽くするための技能ができるようにすること。

4 本時の指導（全4時間中の4時間目）

(1) 目標

- ・ ストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であることを理解するとともに、ストレスによる心身の負担を軽くするようなリラクセーションの方法を身に付けることができるようにする。(知識及び技能)
- ・ 欲求やストレスへの対処について、課題の解決方法とそれを選択した理由等を、他者と話し合ったり、ノート等に記述したりして、筋道を立てて伝え合うことができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- ・ 欲求やストレスへの対処について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

(2) 展開例

段階	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点	◆評価
	1 前時の振り返りを行うとともに、好ましくない対処法を提示し、適切な対処法を考える。		

導 入 （ 10 分）	<p>事例のようなストレスの対処法は適切な対処法と言えますか。</p> <p>【事例①】 勉強をしなければならないが、思うようにはかどらない場面に対する好ましくない対処法の提示 「勉強に集中できず、家族に反抗したりして、イライラを発散する」 ＜予想される反応＞ ・人に当たっても何も解決しない。 ・余計にイライラする。 ・第三者を傷付けたりするかもしれない。 ＜予想される対処法＞ ・気分転換に体を動かす。 ・友達に相談する。 ・適度な休憩をとる。</p> <p>【事例②】 週末に、友達と遊ぶ約束と家族旅行の計画が重なった場面に対する好ましくない対処法の提示 「予定が重なったことを面倒に思い、自分一人でゲームをして過ごす。」 ＜予想される反応＞ ・約束を全部断ってしまったら、どんな予定も入れられずさらにストレスが溜まる。 ＜予想される対処法＞ ・友達に相談する。 ・どちらにも相談して、実行できるよう時間調整をする。</p>	<p>○教師が好ましくない対処法を示し、適切な対処法の必要性について考えるきっかけとする。</p> <p>○前時を振り返りながら発表させる。</p> <p>○どのようにすれば、そのストレスを適切に対処できるかを考えさせる。</p> <p>○自分の意思とは関係なく、心の働きが体の変化として、体に生じたことが心の反応として現れることを説明する。</p>
-------------------------	---	---

どのようにストレスに対処すればよいかを考えよう	
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">展開 (35分)</p>	<p>2 ストレスへの適切な対処法について知る。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>ストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処という視点でもう一度考えよう。</p> </div> <p><予想される反応> 【事例①】 <ul style="list-style-type: none"> ・高い目標や詰め過ぎた計画にすると、さらにストレスを感じるから気を付けたい。 ・適度な息抜きは必要だ。 【事例②】 <ul style="list-style-type: none"> ・友達なら説明すれば分かってもらえるはずだから、家族を優先したい。 ・どちらにも説明して、両方とも実行できるように調整してみる。 (学習内容) <ul style="list-style-type: none"> ・ストレスの対処は、ストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であること。 </p> <p>3 ストレスによる心身の負担を軽くするようなリラクゼーションの技能を身に付ける。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>音楽でリコーダーのテストの際、学級の生徒の前に立った瞬間、どのような気持ちになりましたか。</p> </div> <p><予想される反応> <ul style="list-style-type: none"> ・ドキドキした。 ・逃げ出したくなった。 </p>
	<p>○グループになって、気付いたことを書き出させる。</p> <p>○いくつかのグループに発表させる。</p> <p>○事例①、②の対処の仕方について生徒から出されたものを「ストレスの原因に対処すること」、「友達や家族、教師、医師等の専門家等に話を聞いてもらったり、相談したりすること」、「コミュニケーションの方法を身に付けること」、「規則正しい生活をする」、「ストレスの原因について受け止め方を見直すこと」等の視点で整理しながら、板書する。</p> <p>○様々な対処の中から、ストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であることを知らせる。</p> <p>○どの生徒も体験したことのある状況（場面）を振り返るように知らせることでストレスを感じた時の様子についてイメージしやすくする。</p> <p>○グループになって、気付いたことについて話し合いをさせる。</p> <p>○こうしたストレスの場面には、強いストレスが重なることがあることにも触れることで対処の必要性を実感させる。</p>

<p>その時、体には何か変化がありましたか。</p> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・呼吸や脈拍が速くなった。 ・冷や汗をかいた。 <p>(学習内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・冷静な判断をするためにも、ストレスを感じた時には、まずは心や体の負担を軽くすることが大切であること。 <p>心も体もリラックスするためには、どのような方法があるでしょうか。</p> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・呼吸法を意識する。 ・ストレッチを行う。 ・物を食べる。 ・音楽を聴く。 <ul style="list-style-type: none"> ・簡単にできるリラクゼーションの方法を身に付ける。 <p>① 筋肉を緩める方法について知る。</p> <p>(学習内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体の様々な部位に「わざと力を入れて抜く」ことを繰り返し、力が抜ける感覚をつかむ。 ・ストレッチは筋肉を伸ばすことであるが、リラクゼーションは筋肉を緩めるために行うものである。 <p><手順></p> <ul style="list-style-type: none"> ・二人組になり、一人は実践、もう一人は説明をしながら、正しく行えているかを確認し、チェック表にレ点を付ける。 	<p>○「心と体の関わり」の学習内容を振り返らせるなど、関連を図る。</p> <p>○ストレスを感じた時のセルフケアとして、リラクゼーションの方法を身に付け、心身の負担を軽くするような対処の方法を身に付けることの大切さについて説明する。</p> <p>○体育の授業で学習した内容を日常生活に生かしている子供を称賛し、子供が学校での学びと実生活のつながりを再認識できる機会を設定する。</p> <p>○資料や教師が見本を見せることにより、筋肉を緩める方法や手順を確認する。</p>
--	---

⑥

	<p>・以下の㉑～㉓を2セット行い、交代する。</p> <p>1 椅子に浅く腰をかける。 2 ペアの話聞きながら、㉑～㉓を行う。</p> <p>㉑両手を握り、肘を曲げる。 ㉒身体を丸めて、脇をしめる。 ㉓一気に力を入れて目を閉じ、そのままペアが15秒数える。 ㉔一気に力を抜き、力が抜けるジワーンとした感じを体験する。 ㉕ペアが15秒数える間、背もたれに寄りかかりながら休む。</p> <p>②ペアで筋肉を緩める方法を繰り返す。</p>	<p>○最初は、ペアで行い（一人が2回ずつ）、その後、全体で1回行うなど、身に付けることができたかを確認させる時間を設定する。</p> <p>○必要に応じて教室の照明を消したり、ゆったりとした音楽を流すなどして、リラックスできる環境を整える。</p> <p>○筋肉を緩めるという感覚、ジワーンと身体が温くなる感覚が得られたかどうかを問いかける。</p> <p>◆【知識・技能】 リラクセーションの方法等がストレスによる心身の負担を軽くすることについて理解するとともに、その方法を身に付けることができる。（観察・ノート）</p>
まとめ (5分)	4 本時の学習の振り返りとまとめをする。	○自らの心身の健康を保つために、欲求やストレスに対処することやリラクセーションの方法を身に付けることの大切さについて確認する。

5 指導のポイント

本単元は、心の健康について課題を発見し、その解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合う学習活動である。現在及び将来の生活において、心の健康に関する課題に直面した場合に適切に対処することができるよう、心の健康を管理し、改善していくための資質・能力を育成することがねらいである。また、ストレスに対処するためのリラクセーションの意味や方法について理解し、その方法を身に付けることも目指している。

本時の学習を踏まえ、本単元は、学級活動の内容(2)「エ 心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成」等と関連を図ることができる。例えば、ストレスの対処と自己の健康を管理できる実践力の育成等により、保健分野における学びを深めていくことが考えられる。

総合的な学習の時間において、「健康」に関する現代的な諸課題に対応するために、探究的な活動に主体的・協働的に取り組み、互いの良さを生かしながら積極的に社会に参画する態度の育成を育むことが考えられる。例えば、総合的な学習の時間における課題解決的な学習の導入として、本時を位置付けることができる。具体的には本単元での学びを基盤として、総合的な学習の時間では現代社会における心の健康問題について、生徒が課題を設定し、その解決に向けた方針や方法を探求していくことが考えられる。

⑥

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
1年	保健 体育	<p>心身の機能の発達と心の健康</p> <p>欲求やストレスへの対処と心の健康</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ストレスの原因、自分や周囲の状況に応じた対処の仕方を選ぶことが大切であることを理解するとともに、ストレスによる心身の負担を軽くするようなリラクゼーションの方法を身に付ける。 ・ 欲求やストレスへの対処について、課題の解決方法とそれを選択した理由等を、他者と話し合ったり、ノート等に記述したりして、筋道を立てて伝え合う。 ・ 欲求やストレスへの対処について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組む。

教科等横断的な指導の工夫

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
1年	特別 活動 ★	<p>思春期の不安や悩み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 思春期における不安や悩みについて理解するとともに、不安や悩みを受け止め、解決に向けた適切な対処法を選択する。

発育・発達の時期や程度には個人差があること、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、精神と身体は互いに影響し合うことを理解することができる。

また、心身の機能は生活経験等の影響を受けながら年齢とともに発達することから、自らの心の健康に関する課題を発見し、その解決に向けて考えることを通して、欲求やストレスに適切に対処するための技能を身に付けることが期待できる。

指導事例 3 思春期の不安や悩み

対象：第1学年

教科等：特別活動

★教育課程上の位置付け

特別活動 学級活動

(2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全

ウ 思春期の不安や悩みの解決、性的な発達への対応

心や体に関する正しい理解を基に、適切な行動をとり、悩みや不安に向き合い乗り越えようとする事。

1 題材の目標

思春期の心身の変化に伴う不安や悩みについて理解を深めるとともに、課題解決に向けた適切な行動を選択することができるようにする。

2 題材について

思春期にある生徒たちは、急速に発育・発達していく心身の変化に戸惑い、不安や悩みを抱えることが多くなる。自我の目覚めとともに独立の欲求が高まり、自己を内省し始める時期である一方で、自我の発達は未熟な面もあり、自信を失ったり自己嫌悪に陥ったりすることも少なくない。そこで第二性徴が著しいこの時期に、正しい知識を与え、自己理解を深めることによって思春期特有の不安や悩みを受け止め、適切な行動を選択できる力を身に付けさせることをねらいとする。

3 事前の指導

生徒の活動	指導上の留意点
思春期の心の変化について、事前アンケートに記入する。	○思春期における心の変化を自覚しているかを振り返らせ、学級の実態を把握する。

4 本時の指導

(1) 目標

思春期における不安や悩みについて理解するとともに、互いの性への興味や悩みを共有することを通して、課題解決に向けた適切な対処法を選択することができるようにする。

⑥

(2) 展開例

段階	主な学習内容・学習活動	指導上の留意点
つかむ	1 事前アンケートの結果をもとに、中学生になって心と体がどのように変化してきたのかを知る。	○自分の心や体の変化に気付かせるとともに、周囲の友人も同じように不安や悩みを抱えていることに気付かせ、安心感を得られるよう配慮する。 ○第二次性徴に伴う不安や悩みがあることは当たり前のこととして捉えさせる。
さぐる 見つける	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;">思春期の心を見つめ、不安や悩みの対処法について考えよう</div> 2 アンケートについて、自分自身の結果と学級の結果を比較し、気付いたことをワークシートに記入する。 3 気付いた内容を発表する。 <予想される反応> ・悩んでいるのは自分だけではないとわかって安心した。 ・自分より悩んでいる人がいる。 ・様々な悩みがある。 4 思春期についての話を聞いた後、グループに分かれて対処法を話し合い、意見を発表する。	○学級全体の実態を確認し、自分の考えと比較することで現在の自分の状態に関心を持たせる。 ○不安や悩みには個人差があること、周りの大人も思春期には同じように悩んでいたことをおさえる。 ○自由に話合いができる雰囲気をつくる。生徒の体験や知識に問いかけながら、発言をできるだけ引き出すように工夫する。
決める	5 不安や悩みがある時に自分にできる対処法をワークシートに記入する。 <予想される反応> ・音楽を聴く。 ・体を動かす。 ・話を聞いてもらう。 6 学習を振り返り、ワークシートに感想を記入する。	○信頼できる大人に相談することも一つの対処法であることを知らせる。 ○違いを認め合い、互いに尊重することの大切さについておさえる。 ○自己の性や異性について、嫌悪感や受け入れにくさを感じる生徒もいることに触れる。 ○相談窓口についても紹介する。

5 事後の指導

生徒の活動	指導上の留意点
面談等でストレスの軽減方法を実践できているかを確認し、必要に応じて個別指導を行う。	○学習内容や授業中の様子については、学年通信に掲載し、保護者等とも情報を共有する。

6 指導のポイント

思春期の心と体の変化や性への関心の持ち方については、生徒の発達段階やおかれた状況等によって個人差が見られることから、事前に教職員が集団指導と個別指導の内容を整理し、計画性を持って実施することが重要である。また、性的マイノリティの当事者がいるかもしれないことを想定し、多様な生き方を認めることができるよう指導するとともに、必要に応じて個別指導につなげるなど、きめ細やかに対応する。

思春期の心についてのアンケート

中学生になり、皆さんは心身ともに大きく成長する時期でもあります。子供から大人への過渡期である「思春期」の自分を見つめてみましょう。



1年 組

A

▼以前の自分と比べてどのようなことが変わったと感じているでしょうか。
当てはまるものすべてに○を付けましょう。

1	周りの人から自分がどう見られているか気になるようになった。
2	素直になれなかったり、イライラしたりすることが増えた。
3	誰かに好意を持つようになった。
4	家族より友人と過ごしたいと思うことが増えた。
5	体の成長についていけないと感じたり、戸惑うことが増えた。
6	周りの人（家族・友人・先生等）への不満が増えた。
7	周りの人（家族・友人・先生等）に反抗するようになった。
8	髪型や服装、外見を気にするようになった。
9	人と比べて自信をなくしたり、自己嫌悪に陥ったりすることが増えた。
10	理由もなく悲しくなったり、くよくよすることが増えた。
11	性的なことに興味を持つようになった。
12	一人になりたいと思うことが増えた。
13	自分のことは自分で決めたいと思うようになった。
14	人を好きになること、交際することに興味を持つようになった。
15	孤独だと感じたり、誰も自分を分かってくれないと思うようになった。

B

▼今現在、どのようなことに悩んでいますか。
当てはまるものすべてに○を付けましょう。

1	家族関係のこと
2	友人関係こと
3	恋愛関係こと
4	勉強、成績のこと
5	部活動、スポーツ、習い事のこと
6	進路、将来のこと
7	自分の外見のこと
8	自分の健康のこと
9	自分の性格のこと
10	その他（ <input style="width: 100px;" type="text"/> ）

C

▼自分の心や体について知りたいこと、不安に思っていること、相談したいことがあれば書いてください。

--

月 日 ()

1年 組 番 氏名

思春期の心を見つめ、不安や悩みの対処法について考えよう

1 学校全体の結果のグラフと自分の結果を比べてみましょう。

質問項目 番号	アンケート結果から、気付いたことや感じたことを書きましょう。

2 グループで話し合い、悩んだ時や不安になった時の対処法を書きましょう。
また、自分で実践できそうな対処法に○を付けましょう。

3 振り返り

①思春期について

理解することができた ← 5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1 → 理解することができなかった

②悩みや不安の対処法について

考えることができた ← 5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1 → 考えることができなかった

4 授業を受けた感想



指導事例 1 – ② 生殖に関わる機能の成熟		
<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 60%; border: none;">対象：第1学年</td> <td style="width: 40%; border: none; text-align: right;">教科等：保健体育科</td> </tr> </table>	対象：第1学年	教科等：保健体育科
対象：第1学年	教科等：保健体育科	

★教育課程上の位置付け

保健体育科「心身の機能の発達と心の健康」

<p>(2) 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。</p>

<p>ア 心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処をすること。</p>

<p>(ア) 身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発達する時期があること。また、発育・発達の時期やその程度には、個人差があること。</p>
--

<p>(イ) 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。</p>
--

<p>イ 心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて考え判断するとともに、それらを表現すること。</p>
--

1 単元の目標

- (1) 思春期には、ホルモンの働きにより生殖器の発育とともに生殖機能が発達し、男子では射精、女子では月経が見られ、妊娠が可能となることや異性の尊重、性情報への対処等、性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることを理解することができるようにする。
- (2) 心身の機能の発達と心の健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクを軽減したり、生活の質を高めたりすること等と関連付けて解決方法を考え、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにする。
- (3) 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。

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、精通等について学習している。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等についても学習している。

ここでは、身体的な成熟に伴う性的な発達に対応し、個人差はあるものの、性衝動が生じたり、異性への関心等が高まったりすること等から、異性の尊重や性情報への対処等、性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることを理解できるように指導する。

3 単元計画

時	学習内容
1	生殖に関わる機能の成熟
2	○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。
3 (本時)	成熟の変化に伴う適切な行動等 ○生殖に関わる機能の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。

4 本時の指導（全3時間中の3時間目）

(1) 目標

- ・ 異性の尊重、性情報への対処等性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることについて理解することができるようにする。(知識)
- ・ 心身の機能の発達について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、発達の状況に応じた健康を保持増進する方法を見出すことができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- ・ 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

(2) 展開例

段階	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 (5分)	<p>1 性的なことに関心を持った経験について発表する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> 性的なことに関心を持った経験はありますか。その時、どのような気持ちになりましたか。 </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 異性とうまく話せなくなった。 ・ 恋愛感情を抱くようになった。 ・ 性に関する言葉が出てくるとドキドキした。 	<p>○自分の経験と照らし合わせながら考えさせる。</p> <p>○グループになって、気付いたことを書き出させる。</p> <p>○いくつかのグループに発表させる。</p>

性に関する適切な態度や行動の選択について考えよう	
展開 (35分)	<p>2 性意識の変化と適切な態度や行動の仕方について知る。 (学習内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・性機能の成熟による性意識の変化 ・異性への関心や性的欲求の高まり ・性意識の個人差や多様な考え方、感じ方 <p>3 性情報への対処と行動を考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>正しくない情報が含まれる性情報に惑わされない方法について考えよう。</p> </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・情報をすぐに信用しない。 ・情報が正しいかどうかをよく考える。 ・危険性があると思われるサイトは見ない。 ・自分の情報を知らない人に安易に明かさない。
まとめ (5分)	<p>4 本時の学習の振り返りとまとめをする。</p>

○性意識の変化と適切な行動の仕方について説明する。

- ・思春期には身体機能の成熟に伴って、性意識に変化が現れ、性的欲求が強くなることがあること。

- ・性意識には個人差があること。

- ・LGBTQのことに触れ、多様な考え方や感じ方があることを理解することで、互いを尊重した関係を築くことができること。

◆【思考・判断・表現】

心身の機能の発達について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして適切な方法を選択している。

○グループで話し合いを行い、グループごとに考えをまとめる。

○いくつかのグループに発表させる。

○フィルタリング機能も効果がある方法の一つであることを伝える。

◆【知識・技能】

異性の尊重、性情報への対処等性に関する適切な態度や行動の選択について、理解したことを言ったり、書いたりしている。(観察・ノート)

○性に関する意識には個人差があること、性情報に適切に対処するには、正しい情報を選択し、適切な行動をとることが必要であることをおさえる。

5 指導のポイント

本単元では、思春期における性意識の変化を理解するとともに、身体的な成熟に伴う性的な発達に対応し、個人差はあるものの、性衝動が生じたり、異性への関心等が高まったりすること等から、異性の尊重、性情報への対処等性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることを理解できるようにする。また、現在及び将来の生活において性意識や性衝動に関する課題に直面した場合に、適切に対処し、改善していくための知識、技能や思考力、判断力、表現力等の資質・能力を育成することがねらいである。

総合的な学習の時間において、「健康」に関する現代的な諸課題に対応するために、探究的な活動に主体的・協働的に取り組み、互いの良さを生かしながら積極的に社会に参画する態度の育成を育むことが考えられる。例えば、総合的な学習の時間における課題解決的な学習の導入として、本授業を位置付けることができる。具体的には本単元での学びを基盤として、総合的な学習の時間において、思春期の性意識の変化と性に関する適切な態度や行動の選択について生徒が課題を設定し、その解決に向けた方針や方法を探求していくことが考えられる。

指導事例 4 交通事故等による傷害の防止

対象：第2学年

教科等：保健体育科

★教育課程上の位置付け 保健体育科「傷害の防止」

- (3) 傷害の防止について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
- ア 傷害の防止について理解を深めるとともに、応急手当をすること。
 - (ア) 交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生すること。
 - (イ) 交通事故などによる傷害の多くは、安全な行動、環境の改善によって防止できること。
 - イ 傷害の防止について、危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現すること。

1 単元の目標

- (1) 交通事故や自然災害等による傷害の発生要因、交通事故等による傷害の防止、自然災害による傷害の防止、応急手当の意義と実際について、理解することができるようにするとともに、心肺蘇生法等の技能を身に付けることができるようにする。
- (2) 傷害の防止に関わる事象や情報から課題を発見し、自他の危険の予測をもとに、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を考えるとともに、適切な方法を選択し、それらを伝え合うことができるようにする。
- (3) 傷害の防止について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。

2 単元について

小学校では、交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止、すり傷や鼻出血等の簡単なけがの手当について学習している。

本単元では、傷害の発生には様々な要因があり、適切に対策することによって傷害の多くは防止できること、また、危険を予測し、その回避の方法を考えることで、SNS等のトラブルによる性被害等を含む犯罪被害を防止するための適切な対策を行うことができるような態度の育成を目指している。

3 単元計画

時	学習内容
1	交通事故の防止 ○交通事故等による傷害を防止するためには、人的要因や環境要因に関わる危険を予測し、それぞれの要因に対して適切な対策を行うこと。
2 (本時)	犯罪被害の防止 ○どのような要因が関係して犯罪が起こるのかを予測し、犯罪被害を防止するための方法について具体的な場面を想定し、危険を回避するための適切な対策を行うこと。

4 本時の指導（全2時間中の2時間目）

(1) 目標

- ・ 傷害を防止するためには、人的要因や環境要因に関わる危険を予測し、それぞれの要因に対して適切な対策を行うこと、周囲の状況に応じ、安全に行動することが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりすることができるようにする。(知識)
- ・ 傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、それを選択した理由等を、他者と話し合ったり、ノート等に記述したりして、筋道を立てて伝え合うことができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- ・ 傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

(2) 展開例

段階	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 (5分)	1 前時までに学習した「人的要因」、「環境要因」、「車両要因」の振り返りを行う。	○事故の原因となる「人的要因」、「環境要因」、「車両要因」について発表させる。 ○犯罪被害の発生においても、「環境要因」が大きく関わることをおさえる。
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 犯罪被害の発生に関わる要因やそれを防ぐためには どのようなものがあるかを考えよう </div> 2 犯罪が起こりやすい状況について考える。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 資料を見て、犯罪が起こりやすい状況について考えてみよう。 </div> <予想される反応> (原因) ・遅い時間帯である。	資料（夜間の街の様子が描かれた絵）を見て考察する。 ○グループで意見を出し合い、気付いたことを話し合わせる。 ○グループでの話し合いを、ミニホワイトボード等にまとめて書かせる。 ○いくつかのグループに発表させる。

展開 （ 35 分）	<ul style="list-style-type: none"> ・一人で歩いている。 ・暗い道を歩いている。 （主体の対策） ・一人で帰らない。 ・スマホを使わない。 ・防犯ブザーを使用する。 ・道を確認してから出発する。 （環境の対策） ・明るい道を通る。 ・明るいうちに帰る。 ・周りを気にする。 <p>3 犯罪被害から身を守るためにできることを知る。 （学習内容）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・被害者にならないための主体の対策 ・危険予測・危険回避の能力向上 ・監視の目が行き届くための環境の対策 ・犯罪が起こりにくい環境づくり <p>4 ネットワーク利用犯罪の危険について知る。</p>	<p>○原因・主体の対策、環境の対策ごとに意見をまとめる。</p> <p>◆【知識・技能】</p> <p>犯罪が起きる状況について、「犯罪を起こそうとする人」、「被害者となりうる人」、「監視の目の欠如」の3つの要素が関係していることについて、理解したことを言ったり、書いたりしている。</p> <p>○犯罪が起きる状況について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・危険が予測される場所に近付かないこと。 ・身に迫る危険に気付くこと。 ・身の危険を感じたら逃げたり、助けを求めたりすること。 <p>○SNSの書き込みが原因で起こった犯罪例について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・あやしいサイトを開かないこと。 ・身に迫る危険に気付くこと。 ・もしもトラブルにあったら、助けを求めること。 <p>◆【思考・判断・表現】</p> <p>犯罪被害について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして他者と話し合ったり、ノートに記述したりして伝えている。（観察・ノート）</p>
---------------------	---	---

まとめ (10分)	5 本時の学習の振り返りとまとめをする。	○理解した内容を今後の自分の生活にどう生かせるかどうかをノートに記入することで、それぞれの考えを深め、実践へとつなげられるように支援する。
--------------	----------------------	---

5 指導のポイント

特別活動では「心身ともに健康で安全な生活態度や習慣の形成」において、安全に関して、学校の内外を含めた自分の生活行動を見直し、課題の発見、具体的な解決方法の選択を経て、自己の安全の確保のみならず、身の回りの人の安全を確保する態度を育むことが重要であるとされている。保健体育科の授業で身に付けた犯罪被害防止の基礎的・基本的な知識を特別活動の時間で活用する場面を設定することにより、犯罪被害を防止する場面に直面した場合、より適切に実践していくための思考力、判断力、表現力等の資質・能力の基礎を育成することにつながれると考える。

総合的な学習の時間において、情報に関する現代的な諸課題に対応するために探究的な活動に取り組み、中学生として自己を守る態度を育むことが考えられる。本単元で習得した知識や技能を活用しながら課題解決のために事象を比較したり、関連付けたりして考える能力、自らの行動について意思決定をする能力、実践する能力等を身に付けるため、地域に目を向けさせ、日常生活において起こり得る犯罪を想定するなどの工夫を行う。

⑦

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
1年	保健 体育	<p>心身の機能の発達と心の健康</p> <p>成熟の変化に伴う適切な行動等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 異性の尊重、性情報への対処等性に関する適切な態度や行動の選択が必要となることについて理解する。 ・ 心身の機能の発達について、習得した知識を自他の生活に適用したり、課題解決に役立てたりして、発達の状況に応じた健康を保持増進する方法を見出す。 ・ 心身の機能の発達と心の健康について、課題の解決に向けた学習活動に主体的に取り組む。
2年	保健 体育	<p>傷害の防止</p> <p>交通事故等による傷害の防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 傷害を防止するためには、人的要因や環境要因に関わる危険を予測し、それぞれの要因に対して適切な対策を行うこと、周囲の状況に応じて、安全に行動することが必要であることについて、理解する。 ・ 傷害の防止について、自他の危険の予測や回避の方法と、それを選択した理由等を、他者と話し合ったり、ノート等に記述したりして、筋道を立てて伝え合う。 ・ 傷害の防止について、課題の解決に向けての学習に主体的に取り組む。

教科等横断的な指導の工夫

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
2年	特別 活動 ★	<p>性情報への対応・性犯罪被害の防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ インターネット上にある情報の信頼性について理解するとともに、性犯罪被害から自分自身を守るための方法を考え、未然に防止することができる。
3年	社会	<p>私たちが生きる現代社会と文化の特色</p> <p>少子高齢化 変わる人口構成と家族</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 人口ピラミッド等の統計資料をもとに、日本における少子高齢化の進行とその原因について理解する。 ・ 少子高齢化の進行や家族の多様化に伴う課題、解決に向けた取組について、自分の考えを説明する。 <p>情報化 情報が変わる社会の仕組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 情報化の進展で生活や社会が豊かで便利になった点について理解する。 ・ 情報化の進展による課題を挙げ、解決するために自分たちができることについて考察する。 ・ 現代日本の特色として少子高齢化、情報化、グローバル化等が見られることについて理解する。

- ・ 既習内容を振り返り、位置や空間的な広がり、推移や変化等に着目して、少子高齢化、情報化、グローバル化等が現在と将来の政治、経済、国際関係に与える影響について多面的・多角的に考察する。
- ・ 私たちが生きる現代社会について、現代社会に見られる課題の解決に向けて自分たちができることについて考察する。

性に関する指導の視点

情報化が進む現代においては、身近で情報も氾濫していることから、インターネット等に掲載されている性情報がすべて正しい情報であるとは限らないことを理解し、正しい情報であることを判断できる力を育む。

ワンポイントアドバイス

性情報の情報源を確認するとともに、SNS等で知り合った人と会うことになった事例等を用いてケーススタディを行うことで、誤った情報で自他を傷つけないよう、行動を選択する力を身に付けることにつながります。

中学生の時期は性に関する興味・関心が高まり、テレビやインターネット、雑誌等で自ら性情報を求めるようになる。

性の情報源には様々なものがあることを理解するとともに、誤った性情報が自分たちにどのような影響を及ぼしているのかについて考えることを通して、正しい情報を選択し、適切に対応しようとする態度を育成することが期待できる。

指導事例 5 性情報への対応・性犯罪被害の防止

対象：第2学年

教科等：特別活動

★教育課程上の位置付け

特別活動 学級活動

(2) 日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全

ウ 思春期の不安や悩みの解決、性的な発達への対応

心や体に関する正しい理解を基に、適切な行動をとり、悩みや不安に向き合い乗り越えようとする。

1 題材の目標

性犯罪被害の原因や背景について理解し、性犯罪被害から自分自身を守る方法や性トラブルに対処する方法を考え、未然に防止することができるようにする。

2 題材について

中学生の時期は思春期の訪れとともに、性に関する興味・関心が高まり、自ら性情報を求めるようになる。近年、情報化社会の進展により、情報の入手や発信が容易になり、特にスマートフォンを持参している生徒については、周囲の目が届かないところで不特定多数の人とコミュニケーションをとることが可能な状況となっている。その結果、SNS等を介した性被害が増加するなど、生徒を取り巻く環境が大きく変化している。

さらに、自撮り被害等新たな性被害が深刻化していることから、インターネット上の性トラブルについて理解するとともに、性に関する様々な危険から自分自身を守り、性情報に対して正しく判断し、適切な行動選択ができるよう指導する。

3 事前の指導

生徒の活動	指導上の留意点
「自他の人格を尊重した行動ができる～SNSトラブルを考える～」アンケートを記入する。	○ SNS に画像を投稿しているかを想起させながら、スマートフォンの使用方法について実態を把握する。

4 本時の指導

(1) 目標

性に関する情報には興味本位や悪意を持ったものがあることを知り、性犯罪被害から自分自身を守るための方法を考え、未然に防止することができるようにする。

(2) 展開例

段階	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点
つかむ	1 社会の傾向について知る。	○近年の子供の性被害の状況を説明する。 ○自画撮り画像やSNSに起因する被害が増加していることに触れ、何気ない行動で、自ら性トラブルを招いてしまう危険性に気付かせる。
<p data-bbox="225 864 261 965">よめる</p> <p data-bbox="225 1541 261 1675">見つける</p>	<div data-bbox="306 609 1433 676" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">性犯罪被害から自分自身を守る方法について考えよう</div> <p data-bbox="316 696 772 1048">2 警察庁の漫画「STOP！自画撮り！」(P.1～14)を読み、桃子のとした行動の問題点をワークシートに記入し、発表する。 <予想される反応> ・顔写真を送ってしまった。 ・秘密を打ち明けてしまった。</p> <p data-bbox="316 1106 772 1368">3 漫画の続き(P.15～17)を読み、ワークシートに記入し、発表する。 <予想される反応> ・怖い。 ・誰にも言えない。</p> <p data-bbox="316 1514 772 1776">4 ①から③について、グループで話し合い、ワークシートに記入する。 ①どのような性トラブルか。 ②トラブルの要因は何か。 ③具体的な予防策は何か。</p> <p data-bbox="316 1832 772 1910">5 グループの意見を発表し、全体で共有する。</p>	<p data-bbox="794 696 1433 775">○文章で表現しづらい生徒には、「問題がある」と感じる場面に○印を付けさせる。</p> <p data-bbox="794 831 1433 954">○自分だけの大切なところについて触れ、自分の心と体を大切にすることについて説明する。</p> <p data-bbox="794 1010 1433 1133">○インターネット上には、正しい情報だけでなく誤った情報や心情をおおる情報も混在していることをおさえる。</p> <p data-bbox="794 1189 1433 1267">○男女問わず性トラブルに巻き込まれる可能性があることを補足する。</p> <p data-bbox="794 1514 1433 1547">○資料AからCを班ごとに配布する。</p> <p data-bbox="794 1603 1433 1682">○相談窓口やフィルタリングについて紹介する。</p>

⑦

決める	<p>6 性犯罪に巻き込まれないようにするためにはどうしたらよいかを考え、発表する。</p> <p>7 学習を振り返り、ワークシートに感想を記入する。</p>	<p>○子供でも性トラブルの加害者になりうることを示し、被害者にも加害者にもならないためにはどうしたらよいかを考えるよう促す。</p>
-----	---	---

(3) 指導上の配慮事項

性差を問わず被害者になりうる可能性があることにも留意して指導する。特に、性犯罪被害の防止について考えさせる場面では、発達の段階を踏まえること、学校全体で共通理解を図ること、保護者の理解を得ること等に留意する。また、性犯罪被害の防止について生徒同士で考えたり、話し合ったりする場面では、他者の意見を受け入れ認め合うこと、正しい判断について生徒自らが導けるように配慮する。

月 日 ()

2年 組 番 氏名

性トラブルについて考え、自他の人格を尊重した行動を目指そう

- 1 桃子のとした行動の問題点はいくつ挙げられるでしょうか。問題点を書いてみましょう。

自分の意見

他の人の意見

- 2 なぜ、桃子は頭が真っ白になったのでしょうか。

自分の意見

他の人の意見

- 3 グループで話し合っ、記入しましょう。

配られた資料
()

①どのような性トラブルが起きましたか。

②性トラブルの要因は何だと思えますか。

③予防するためにはどうしたらよいでしょうか。具体的に書きましょう。

- 4 性トラブルに巻き込まれないようにするためには、どうしたらよいでしょうか。

授業の感想と合わせて書きましょう。

【事例 A】

中学生のAは、どうしても行きたいコンサートがあった。ある掲示板を見たら、Bのコメントで「画像をくれたらチケットあげる」と記載されていた。どうしても行きたかったので、複数で写っている写真を送ってみたら、BからAの自宅にチケットが送られてきた。画像を送っただけでチケットがもらえたので、Aは得をした気分になった。後日、今度はBから「一人で写っている写真をくれたらチケットをあげる」と言われ、Aは一人で写っている写真を送った。また簡単にチケットがもらえた。数日後「大好きなグループのコンサートチケットが欲しい」とBに言うと、「下着姿の写真を送ってくれたら、チケットとお金をあげるよ。」と言われた。「チケットだけでなくお金までもらえるなんて」と思ったAは、Bに下着姿の画像を送ってしまった。

【事例 B】

中学生のCと同じ中学だったD先輩。中学のときは人気者で、多くの後輩から憧れられていた。Cは、D先輩の卒業式の日、自分の連絡先のIDを書いた手紙をD先輩に渡した。数日後D先輩からメッセージが届いた。憧れの先輩からのメッセージがすごく嬉しかった。毎日のように連絡をくれ、Cが想像していたとおりD先輩は優しくった。やがてメッセージアプリで連絡を取るようになった。なんでも話を聞いてくれる優しい先輩だった。ある日、D先輩から「Cの下着姿の画像を送れ」と言われた。もちろん断った。すると「どうなっても知らないぞ」というメッセージが来た。家の場所もすべて知られている。共通の友人もたくさんいる。CはD先輩に下着姿の画像を送ってしまった。

【事例 C】

中学生のEは、性に関する悩みを抱いていた。親はもちろん、学校の先生や友達にも言いづらい…。ある日掲示板を見ていたら、同じ悩みを持った同級生のFを見つけた。Eは同じ悩みを持っている人が同級生にいるのだと安心し、Fにコメントをした。それ以降、性に関する話題を中心に互いに連絡を取るようになった。お互い体の画像を送りあったこともある。ある日、Fから「直接会わない？」と誘われた。EはFから言われた待ち合わせ場所で待っていると、中年のおじさんから「Eだよね？」と声をかけられた。

指導事例 6 エイズ及び性感染症の予防

対象：第3学年

教科等：保健体育科

★教育課程上の位置付け

保健体育科「健康な生活と疾病の予防」

- (1) 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるよう指導する。
- ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。
- (イ) 感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できること。
- イ 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。

1 単元の目標

- (1) 感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。また、感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できることを理解することができるようにする。
- (2) 感染症の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し、判断するとともに、それらを表現することができるようにする。
- (3) 感染症の予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとすることができるようになる。

2 単元について

病原体が主な要因となって起こる病気の予防については、小学校体育科保健領域で学習している。それらを踏まえて、ここでは、病原体が主な要因となって発生する感染症、発生源、感染経路、主体への対策による感染症予防について理解できるようにする必要がある。また、感染症の予防に関する課題を発見し、その解決に向けて思考し、判断するとともに、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。

本単元では、感染症の予防について理解させることにより、生涯を通じて感染症の予防に必要なことを考えることができるようにしていきたい。

3 単元計画

時	学習内容
1	感染症 ○感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。
2	感染症の予防 ○感染症の多くは発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できること。

⑧

3 (本時)	<p>性感染症の予防</p> <p>○性感染症の疾病概念や感染経路、感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があること。</p>
4	<p>エイズの予防</p> <p>○エイズの疾病概念や感染経路や、感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があること。</p>

4 本時の指導（全4時間中の3時間目）

(1) 目標

- ・ 性感染症の疾病概念や感染経路、感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があることについて理解することができるようにする。
(知識及び技能)
- ・ 感染症の予防について、習得した知識を自他の生活に適用したり、応用したりして、疾病等に係るリスクを軽減する方法を選択するとともに他者に伝えることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等)
- ・ 性感染症の予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)

(2) 展開例

段階	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 (5分)	<p>1 性感染症報告数の資料を見て気付いたことを発表する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>これはある感染症の年齢別の年次変化を表した資料です。気付いたことを話し合ってみよう。</p> </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 10代でも性感染症にかかることがある。 ・ 20代に多い。 ・ 検査や治療をせずに、他人に感染させていないか。 	<p>○性感染症に関する資料を見て考察する。</p> <p>○グループになって、気付いたことを書き出させる。</p> <p>○いくつかのグループに発表させる。</p>
	<p>性感染症について知り、予防法を考えよう</p>	
	<p>2 性感染症の疾病概念や種類を知る。 (学習内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 主な性感染症 ・ 主な感染経路 ・ 未治療によるリスク 	<p>○性感染症の増加傾向と青少年の感染が社会問題になっていること等について説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 主な感染症の病原体、潜伏期間、症状等 ・ 性的接触により感染すること。 ・ 若い世代で感染率が高いこと。

<p>展開 (35分)</p>	<p>3 性感染症の予防と広がりを防ぐ方法を考える。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>性感染症に感染しないための方法や感染した時取るべき行動について考えよう。</p> </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・性的接触をしない。 ・コンドームを使用する。 ・不安や症状がある時は、信頼できる人に相談して、病院へ行く。 ・相手が感染していれば、相手も自分も同時に治療を受ける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・症状が出ないものや潜伏期間が長いものがあるため、感染に気付きにくく、感染が広がりやすい特徴があること。 ・未治療で放置すると、不妊の原因になることや母子感染の可能性があること。 <p>◆【知識・技能】</p> <p>性感染症の疾病概念や感染経路、感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があることについて、理解したことを言ったり、書いたりしている。 (観察・ノート)</p> <p>○グループで話し合い、考えをまとめる。</p> <p>○性感染症の予防について正しい知識を持つこと、正しい判断力を持つことが大切であることを伝える。</p> <p>◆【思考・判断・表現】</p> <p>性感染症の予防について、習得した知識を自他の生活と関連付け、疾病等にかかるリスクを軽減する方法を選択しているとともにそれらを他者に伝えている。(発言・ノート)</p>
<p>まとめ (10分)</p>	<p>4 本時の学習の振り返りとまとめをする。</p>	<p>○性感染症は身近な問題であり、予防方法を身に付けることが必要であることを知らせる。</p>

⑧

5 指導のポイント

中学生の時期は性的な発達も著しく、情緒が不安定になるようなこともあり、様々な心の葛藤や遊びに傾倒する心と結び付き、性的な逸脱行動として表れることもあることから、性に対する正しい理解を基盤に、身体的な成熟に伴う性的な発達に対応し、適切な行動がとれるように指導を行うことが大切である。特に、性に関する情報があふれる現代社会にあっては、本単元での学習を踏まえ、自己の行動に責任を持って生きることの大切さや人間尊重の精神に基づく男女相互の望ましい人間関係の在り方等と結び付けて指導していくことが有効である。例えば、「思春期の心と体の発育・発達」、「性情報への対応」、「エイズや性感染症の予防」、「友情と恋愛と結婚」等について、生徒の発達の段階等を踏まえた題材を設定し、資料や専門家の講話等をもとにした話合いや討論、専門家の講話を聞くなどの活動の展開が考えられる。特に、性については、個々の生徒間で、発達の段階や置かれた状況の差異が大きいことから、事前に、集団指導として行う内容と個別指導との内容を区別しておくなど計画性を持って実施する必要がある。

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
3年	保健 体育	<p>健康な生活と疾病の予防</p> <p>性感染症とその予防</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 性感染症の疾病概念や感染経路、感染のリスクを軽減する効果的な予防方法を身に付ける必要があることについて理解する。 ・ 感染症の予防について、習得した知識を自他の生活に適用したり、応用したりして、疾病等に係るリスクを軽減する方法を選択するとともに他者に伝える。 ・ 性感染症の予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組む。

教科等横断的な指導の工夫

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
3年	社会	<p>人間の尊重と日本国憲法の基本的原則</p> <p>平等権② 共生社会を目指して 男女平等を目指して 性の多様性への理解</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 共生社会を築いていくために、インクルージョンの考察等対話的な活動を通して様々な立場の人がいることを理解する。 ・ 共生社会を築いていくために、私たちにはどのような取組や努力が求められているか、インクルージョンの実現と関連付けて考察する。 <p>性に関する指導の視点</p> <p>共生社会を築いていくためには、一人一人が様々な立場の人がいることを理解し、尊重していくことが重要である。性は個人の生き方そのものに関わる問題であり、性の意識の違いによって差別されることは許されないことであるため、性的マイノリティを含め、自分らしく生きられるように配慮することを理解できるようにする。</p>

性感染症やエイズ等の特性とその予防のための個人の行動選択、性的マイノリティに関する社会の対策について理解することができる。

また、「生命の尊重や望ましい人間関係の構築」と「性に関する知識」を相互に関連付けて指導を行うことで、多様な他者の価値観や個性を受け入れ、自分にふさわしい生き方を主体的に考えようとする態度を育成することが期待できる。

指導事例 7 自分らしく・共に生きる

対象：第3学年

教科等：特別活動

★教育課程上の位置付け

特別活動 学級活動

(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全

イ 男女相互の理解と協力

男女相互について理解するとともに、共に協力し尊重し合い、充実した生活づくりに参画すること。

1 題材の目標

男女の特性やそれぞれの個性について理解し、互いに尊重し合いながら協力するためにできることを考えるとともに、自分のこれからの生き方と「性」を関連付けて考え、よりよい将来像に向けて自ら意思決定し、行動できるようにする。

2 題材について

中学生の時期は身体的な特徴が顕著になるとともに、個人差はあるものの、異性に対する関心の高まりや性衝動が生じるなど心理面の変化も顕著となる。特に、中学3年生は、卒業という区切りを目前にし、自分の進路や将来について考える機会が多くなる時期である。自分の人生が「性」と密接に関わっていることを知り、異性に対する理解が進むことで、「性」を含んだこれからの生き方や望ましい人間関係の在り方について考え、よりよい意思決定や行動選択ができることをねらいとする。

3 事前の指導

生徒の活動	指導上の留意点
保健センターにおいて、妊婦体験や地域の赤ちゃんとの触れ合い体験をする。	○参加した赤ちゃんの母親や保健師の話を聞くとともに、実際に赤ちゃんに触れ合うことで、命の尊さについて考えさせる。

4 本時の指導

(1) 目標

「性」を含んだこれからの生き方を考え、よりよい将来像に向けて自分の行動を決定するとともに、生き方の多様性を認める中で、自分の考えを深めることができるようにする。

(2) 展開例

段階	主な学習内容・学習活動	指導上の留意点
つかむ	1 性について考える (ブレインストーミング) <予想される反応> ・男女等の性別 ・性的接触 ・妊娠、出産、育児	○「性からイメージすること」をテーマに、グループでブレインストーミングをさせる。 ○事実ではない意見に対しては、助言する。 ○「性」という漢字が「心」と「生」から成り立っていることを伝える。
さぐる	自分らしく・共に生きるためにこれからの生き方を考えよう	
つかむ	2 これからの生き方を考え、ワークシートに記入する。 3 グループで自由に意見を交換させ、気付いたことや感想をワークシートに記入する。 <予想される反応> ・結婚したいかどうかや子供がほしいかどうかについての考え方は人それぞれ違う。 4 妊娠や出産の時期により、自分の人生がどのように変化するかを考える。	○具体的にイメージできない場合は、理想的な将来像でよいことを伝え、書きやすくなるように支援する。 ○それぞれの考え方や意見については、正解や間違いはないこと、価値観は多様でよいことを伝える。 ○妊娠や出産には適した年齢があることを伝える。
決める	5 自分が理想とする将来のために、今できることやどんな人と共に生きたいかを考えてワークシートに記入し、発表する。	○ワークシートには具体的に記入させる。

5 事後の指導

生徒の活動	指導上の留意点
「自分新聞」を作成する。	○出生時から30歳までの「自分新聞」の作成を通して、自分の思いや考えを表現させる。 ○他者の考えを知ることによって、多様な生き方があることを理解させ、他者の考えや願いを尊重する態度を育成する。

⑨

6 指導のポイント

「性的な発達への対応」と関連付け、生徒の実態や個人差にも配慮しながら適切な指導を行う。また、学習内容については、学校全体で共通理解を図るとともに、事前に保護者の理解を得るようにする。

性的マイノリティの当事者がいるかもしれないことを想定し、多様な生き方を認めることができるようきめ細やかに対応する。

月 日 ()

2年 組 番 氏名

「自分らしく・共に生きる」～これからの生き方について考えよう～

1 自分の生き方について考えてみましょう。



①高校へ進学…

したい ・ したくない

したくない
人は③へ



何を学ぶ？

②さらに進学…

したい ・ したくない



どのような仕事？

③就職は…

したい ・ したくない



どのような人と？

④結婚は…

したい (歳ごろ) ・ したくない



まだまだ人生の選択は続く☆彡

ペットは…飼いたい
(犬・猫・)
・ 飼いたくない

2 グループで意見交換をした感想や気付いたことを書きましょう。

Large dashed-line box for group discussion notes.



3 自分の理想とする将来のために、今できることはどのようなことでしょうか。

また、どのような人と共に生きたいと思いませんか。

Large dashed-line box for personal reflection notes.

⑨

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
3年	特別活動	<p>自分らしく・共に生きる</p> <ul style="list-style-type: none"> ブレインストーミングを用いて、性について考える。「性」を含んだこれからの生き方を考え、よりよい将来像に向けて自分の行動を決定するとともに、生き方の多様性を認める中で、自分の考えを深める。

教科等横断的な指導の工夫

学年	教科等	主な学習内容・学習活動
3年	技術 家庭	<p>自分の成長と家族・家庭生活</p> <p>私たちの生活と家族・家庭の機能</p> <ul style="list-style-type: none"> 家庭や家族の基本的な機能について考える。 家庭や家族の大切さについて考える。 自分の成長を振り返る。 <p>中学生としての自立</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分と家族との生活を振り返り、学生としての自立について考える。 <p>家庭生活と地域の関わり</p> <ul style="list-style-type: none"> 地域の活動等を調べ、自分や家族がどのように関わっているかを考える。 <p>性に関する指導の視点</p> <p>家族・家庭に、子供を育てる機能や心の安らぎを得るなどの精神的な機能等があることを知るとともに、自立に向けて中学生の自分にできることを考え、家族や身近な人と協力してよりよい生活を営もうとする態度を育む。</p> <p>ワンポイントアドバイス</p> <p>家族と協力・協働して家庭生活を営むことの大切さについて考えることで、これからは自分が頼られる立場にもなり、互いに支え合って生活していくことが、地域や社会の一員として自立することにつながることに気付くことができます。</p>

生活を支える家庭・家族の大切さや基本的な機能について理解することができる。
 また、自分の成長を振り返り、一緒に生活をしてきた人にしてもらったことや感謝していることを想起すること、幼児との触れ合い体験を通して、自他を大切にする生き方をしようとする態度を育成することが期待できる。