

## 【高等学校向け】補助教材「未来はカラダからだ！」を活用した指導のポイント

\* 補助教材「未来はカラダからだ！」を保健・体育の授業、総合学習の授業等でご活用いただく際の指導案作成にお役立てください。

### <授業展開の中でのご活用例 高等学校 保健>

「生涯を通じる健康」の単元の中で、将来の健康や、家族形成、キャリア形成のために、自分の体を自分で管理するとともに、異性のことを知り、理解しあうことの大切さと、男女両方の体のことを正しく理解する。

	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点
展開案 1	<p>○各自の将来の夢「学ぶ、働く、子育てする・・・」などを考え記入してみよう</p> <p>「未来はカラダからだ！」の「自分の将来」の部分を入力し、発表しあう。</p> <p>体や心の成長が基礎となっていることを理解する。</p>	<p>○指導上の留意点</p> <p>「未来はカラダからだ！」1-2 ページ</p> <p>5年、10年、20年先の自分を考えてみることで 目先のことだけでなく、生涯にわたる健康のことを考える導入とする。現在の自分のカラダの状態を基準にして（今健康なので将来も健康、など）考えていることに気づかせる。</p>
展開案 2	<p>○男子と女子の外見変化や、心の変化がみんなに訪れていることを確認しあおう。</p> <p>自分が高校生になって、体や心に変化があったことを発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・変化していること、変化は人により個人差あること、それは当たり前であることを確認する。</li> <li>・親や友達、異性への意識や、行動も小学生・中学生のころとは変わったことを確認する。</li> </ul> <p>&lt;発言例&gt; 身長伸びが止まってきた。/異性にあまり興味ない/親に反抗しなくなった など</p>	<p>「未来はカラダからだ！」3-4 ページ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・外見で変わったこと、</li> <li>・意識や心が変わったこと</li> </ul> <p>を、発表しあうことで、男女の違い、思春期の心の成長を自覚できるようにする。</p> <p>気持ちの変化は、自分だけではなく、成長の過程であることに気づかせる。</p>
展開案 3	<p>○男女のホルモン変化、一生のホルモン量変化とともに、男女の体の違いを確認しよう。</p> <p>「未来はカラダからだ！」のグラフなどを見て分かることを話し合う。</p> <p>&lt;発言例&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→「思春期はホルモン量が急激に変化する。」</li> <li>→「ホルモン量は男女で大きく違う」</li> <li>・体が大人に近づいていることを理解。</li> </ul> <p>グループに分かれて話しあい、その後グループごとに発表する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→男性の射精はどんなことが起きる？役割は？</li> <li>→女性の月経はどんなことが起きる？役割は？</li> </ul>	<p>「未来はカラダからだ！」5-7 ページ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 科学的な知識として、正しい知識を伝える。</li> <li>・男女の違いを確認し、男女が自分の体、異性の体のしくみを知ることは大切だと理解させる。</li> <li>・生徒たちが妊娠、出産ができる年齢になっていることを率直に伝える。また、何歳までも妊娠、出産が可能ではないことに気づかせる。</li> <li>・男子のグループは女子のことを、女子のグループは男子のことをそれぞれ調べ、発表することでお互いの理解を促すなどの工夫をする。</li> </ul>
展開案 4	<p>○自分の将来計画をホルモン変化のグラフの中に書き加えてみよう。</p> <p>年齢・ホルモンの量変化と、「導入」で記入した自分の将来計画を見比べ、将来を考えるためには自分の体の一生の変化も念頭に置く必要性を知る。</p>	<p>* 「未来はカラダからだ！」5-7 ページ</p> <p>自分の将来を見開きの余白に記入してみて、子どもを産み育てる時期も考えることで、自分の将来を俯瞰する。</p> <p>異性とのかわりがないことも知っておくべきであると伝える。</p>

	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点
展開案 5	<p>○女子のサイクルを知ろう。(男子も正しい知識を持とう)</p> <p>・女性は月経→排卵 の周期があり、常に受精できるわけではない。</p> <p>・月経前など、女性は定期的に頭痛など、体調があまり良くない時期がある。</p> <p>・男子も、女子のサイクルを知ること、学校や家庭で女性への気遣いができる。</p>	<p>「未来はカラダからだ！」8 ページ</p> <p>女性の排卵のしくみを教科書で確認する。</p> <p>女性のサイクルを知るとは男子にとっても将来にわたり、大切なことで、役立つ知識であることを教える。</p> <p>女性の基礎体温は、排卵と月経開始を境に高温期と低温期に分かれることをグラフで確認させる。</p> <p>*できれば婦人体温計の現物を示して説明する。</p> <p>*現在月経がない女子は婦人科に相談することを勧める。</p>
展開案 6	<p>○男女ともお互いを理解しよう。性意識や性行動に責任を持ち、お互いに理解し合うことの大切さを学ぼう</p> <p>・自分や身の回り、ニュースなどで、性に関する出来事を発言してもらい、そこから広げて、男女ともお互いの体のしくみのちがいや、異性への気持ちの違いを理解する。</p> <p>&lt;発言例&gt;</p> <p>→彼に実際に「いい？」と言われたら断れないと思う。</p> <p>→インターネットで見たエッチなマンガと今日の授業で聞いたことが違った。 など</p> <p>・犯罪や感染症など、トラブルに巻き込まれないようにするためにどうすれば良いかをグループで考え、発表し合う。</p> <p>&lt;発言例&gt;</p> <p>→そのときの気持ちだけではなく、先のことを考えて行動する</p> <p>→お互いを思いやることが大切</p> <p>→人とのコミュニケーション力が大切 など。</p>	<p>「未来はカラダからだ！」9-10 ページ</p> <p>Q&amp;A も参考に、お互いを尊重することの大切さを理解させる。</p> <p>一人の発言から、それについての意見や、どうすれば良いかを、男女それぞれの立場から発言してもらい、ディスカッションすることで理解を深める。</p> <p>・異性と付き合うこと、家族になることへの欲求は成熟した人として自然なことであることも伝える。</p> <p>・安易な行動が良くない理由を具体的に理解させる。発言の内容から、特に大切なことは補足して理解させる。</p> <p>(性感染症や望まない妊娠にいたることがあることや、安易な行動が、人を傷つけたり、犯罪になることもあることなど。)</p> <p>&lt;ニュースの話題(性に関する事件)や、新しい言葉(例えば「リベンジポルノ」等)など、身近な例を挙げ、話し合っ注意を喚起し、理解させる。&gt;</p>
まとめ	<p>○まとめ</p> <p>① 今日は何を学んだか</p> <p>② 今日学んだことをどういかせば良いかを発言させ</p> <p>自分のライフプランを考えるためにも、男女とも、お互いの体のしくみの違いや、異性への気持ちの違いを理解し、お互いを思いやることが大切であること、情報リテラシーが非常に大切になっていることを押さえてまとめる。</p>	<p>再度自分で「未来はカラダからだ！」見開き 6-7 ページを見ながら自分のライフプランを考えてみるように促す。</p>