

# 令和7年度 第4学年 体育(保健) 評価規準

江戸川区立宇喜田小学校

## 体の発育・発達

### 単元の目標

- 体の発育・発達について理解すること。
  - ・体は、年齢に伴って変化すること。また、体の発育・発達には、個人差があること。
  - ・体は、思春期になると次第に大人の体に近づき、体つきが変わったり、初経、精通などが起こったりすること。また、異性への関心が芽生えること。
  - ・体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であること。
- 体がよりよく発育・発達するために、課題を見つけ、その解決に向けて考え、それを表現すること。

### 単元の評価規準

|               |                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 知識・技能         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体は、年齢に伴って変化することや、体の発育・発達には、個人差があることを理解している。</li> <li>・体は、思春期になると次第に大人の体に近づき、体つきが変わったり、初経、精通などが起こったりすること、また、異性への関心が芽生えることを理解している。</li> <li>・体をよりよく発育・発達させるには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であることを理解している。</li> </ul> |
| 思考・判断・表現      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・体がよりよく発育・発達するために、課題を見つけ、その解決に向けて考えているとともに、それを表現している。</li> </ul>                                                                                                                                        |
| 主体的に学習に取り組む態度 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康の大切さに気付き、体の発育・発達についての学習に進んで取り組もうとしている。</li> </ul>                                                                                                                                                    |

### 学習活動と評価の計画

知：知識・技能    思：思考・判断・表現    態：主体的に学習に取り組む態度<sup>\*</sup>  
 ◎：該当する観点    ○：関連する観点

| 時間<br>(教科書ページ)   | 学習活動・内容                                                                                                      | 評価規準と評価方法                                                                                                                                                                                                                                                                              | 評価の観点 |   |   |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|
|                  |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 知     | 思 | 態 |
| 第1時<br>(p.28～31) | 1 変化してきたわたしの体<br>1. 1年ずつの身長伸びのグラフからわかることを考える。<br><br>2. 身長がどのように変化するか考える。<br><br>3. 成長についての心配がある人への言葉かけを考える。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・身長伸びの傾向や、身長伸び方には個人差があることを押さえている。</li> </ul> <p>【記録、行動観察】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・教科書の図からわかったことを積極的に発表している。</li> </ul> <p>【発言】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習したことを活用して、自分の言葉で表現している。</li> </ul> <p>【記録】</p> | ◎     | ◎ |   |
|                  |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |       | ◎ | ○ |
|                  |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | ◎     | ◎ | ○ |

<sup>\*</sup> 主体的に学習に取り組む態度の評価については、内容や時間のまとまりごとなど、評価が適切に行える段階で実施することが望ましい。

| 時間<br>(教科書ページ)   | 学習活動・内容                                                                                                                                            | 評価規準と評価方法                                                                                                                                                            | 評価の観点 |   |   |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---|---|
|                  |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                      | 知     | 思 | 態 |
| 第2時<br>(p.32～35) | 2 大人に近づく体<br>1. 女子と男子、子供と大人の体つきの違いについて考える。<br>2. 大人になると男女の体つきがどのように変わるか確かめる。<br>○ 教科書の事例から、体の変化に気付いたときの気持ちを知る。<br>3. 自分の体の変化に気付いたときの、自分への言葉かけを考える。 | ・教科書の図を見て考えている。<br>【行動観察】<br>・恥ずかしがらずに真剣に調べている。<br>【記録、発言】<br>・体の変化を前向きに、自分ごととして捉えている。<br>【行動観察】<br>・思春期の体の変化は、誰もが経験することであり、その起こる時期や起こり方には個人差があることを押さえている。<br>【記録】   | ◎     | ◎ | ○ |
| 第3時<br>(p.36～39) | 3 体の中で起こる変化<br>1. 月経と射精について知る。<br>○ 教科書の事例から、初経や精通が起こったときの気持ちを知る。<br>2. 思春期の異性などへの関心について考える。<br>3. 思春期の体や心に起こる変化に気付いた友達に対して、何をしてあげたいかを考える。         | ・月経や射精の意味と仕組みを理解している。<br>【記録】<br>・初経、精通を前向きに、自分ごととして捉えている。<br>【行動観察】<br>・思春期の体や心の変化や異性などとの関わり方の変化は、大人に近づいているしるしであることを理解している。<br>【記録、発言】<br>・事例について積極的に考えている。<br>【記録】 | ◎     | ◎ | ◎ |
| 第4時<br>(p.40～43) | 4 よりよい発育・発達のために<br>1. 適切な運動について考える。<br>2. バランスのとれた食事について考える。<br>○ 十分な休養・睡眠について考える。<br>3. 体がよりよく成長するために、運動、食事、休養・睡眠についての目標を立てる。                     | ・運動の必要性を理解している。<br>【記録】<br>・バランスのとれた食事の必要性を理解し、課題に積極的に取り組んでいる。<br>【記録、行動観察】<br>・休養・睡眠の必要性を理解している。<br>【記録】<br>・学習したことを踏まえて、具体的に実行可能なめあてを決めている。<br>【記録】                | ◎     | ○ | ○ |