

令和6年度 いのちの授業 事例集（小学校）【体育】

掲載数

47

	地区	学年	教科等	テーマ	内 容	参考事項（講師・教材等）
1	川崎市	小6	体育	病気の予防	病気を予防する方法や細胞が病原体と戦っている時に起こる症状などを知って驚いていた。また、病原体、生活習慣病の予防、喫煙、飲酒、薬物乱用の害などについて知った時には、自分の体や周りに及ぼす影響に衝撃を受けていた。授業後の振り返りでは、「興味はあったけれど、抜け出せなくなるので誘惑に負けないようにしたい。」「誘われても誘いに乗らないようにしたい。」といった声がたくさん上がった。	教科書 NHK for school (10min. ボックス「どうして薬物 使っちゃダメなの?」) 画像（喫煙した・してい ない姉妹）
2	川崎市	小4	体育	体の発育・発達	小学校中学年から高校生にかけて、身長や体重が著しく成長することを学んだ。入学してから4年間の身長を棒グラフに表すことで、自己の成長を感じるとともに、成長には個人差があることに気付き、他人と比べることではないことを実感していた。また、体の中の変化については、養護教諭と連携して授業を行った。思春期になり、月経や射精が起こるようになったことは、新しい命を生み出す準備が始まった印であることを学び、これからの成長に戸惑いを感じながらも、自分の身体を大切にしていきたいと発言している子がいた。	養護教諭 教材：みんなのほけん （学研教育みらい）
3	川崎市	小4	体育	体の発育・発達	体の健やかな成長のために大切な食事・運動・睡眠について学習した。成長期に特に大切な栄養素はたんぱく質・カルシウム・ビタミンであり、しっかり摂るためにはバランスの良い食事をとることが必要である。また、毎日の全身運動は筋肉や骨を発達させ、睡眠は成長ホルモンの分泌に不可欠である。子どもたちは自分の生活を振り返り、今後はどのような生活を送ると良いかを考えた。	保健体育の教科書
4	川崎市	小4	体育	育ちゆく体とわたし	思春期を経て、自分たちの体や心がどのように成長し、どのような変化が起こるのか学習した。実際に自分たちの1年生から4年生までの身長の記録を振り返り、伸び方に一人一人違いがあることを知った。また、思春期に起こる大人への変化にも個人差があること、その変化についての感じ方もみんな違うことを学び、不安に感じている人への声のかけ方、異性への気持ちの受け止め方なども考えた。思春期における様々な変化は、新しい命をつないでいくための大切な変化なのだと、自分も、周りの友達もかけがえのない大切な存在とを感じる児童もいた。	保健体育「みんなの ほけん3・4年」 Gakken

5	川崎市	小5	体育	大切な命と体のはなし	助産師を講師に招き、助産師とはどういう仕事をしているか、思春期に起こる心と体の変化、お赤ちゃんがおなかの中で過ごしているときの様子、プライベートパーツなどについて話していただいた。週数ごとの胎児の大きさの人形に触れ「こんなに小さかったんだね。」「おなかの中でしっかり成長するんだね。」「命を大切にしたい。」など、命の強さ・尊さを感じていた。また、思春期の揺れ動く心についての解説を聞き、自分も大切にしたいという思いをもつことができた。	麻生区役所地域支援課
6	川崎市	小4	体育	育ちゆくからだ	保健の授業の単元、からだの発育・発達のところ、体や生殖器、心の変化について授業を行った。教科書の内容に沿って、射精や月経のこと、命の大切さや自分たちはこんなに小さい卵からここまで大きくなったこと、それは当たり前ではないことなどを話し、一人一人が今ここにいることは奇跡という話も行った。子どもたちは卵子や精子の命の元が目に見えないほど小さいことを知り、自分たちはこんな小さいかったんだという驚きと命のすごさに感動していた様子だった。体の変化とともに、心も変化することも学び、人それぞれ成長のスピードが違うので、人と比べず、自分を大切に生きていく大切さを4年生3クラスに授業を行った。	4年生ほけんの教科書
7	相模原市	小6	体育	薬物乱用防止教室「オーバードーズについて」	「オーバードーズ」とはどのような行為か、「オーバードーズ」をするとどのような悪影響があるかについて学んだ。ドラッグストア等で売っている市販薬でも、用法・用量を守らないと「オーバードーズ（薬物乱用）」になることを知った。クイズ形式で理解を深めた。	講師は、学校薬剤師
8	相模原市	小4	体育	思春期にあらわれる変化	第2次性徴による身体の変化や新しい命の誕生について学習した。初めて知る内容もたくさんあったようだが、自分の身近にいる兄弟や大人をイメージして、考えていた。成長には個人差があること、人それぞれ異なっていて良いことを学び、自分も周りの人も大切にしていきたいと考える児童もいた。	(参考資料) 東京書籍「新しいほけん3・4」
9	相模原市	小4	体育	保健「大切なからだ」	・男性、女性の身体の違いを知る ・一人一人の大切ないのちについて考える。	養護教諭による指導 教師作成によるスライド
10	相模原市	小4	体育	「いのちのはなし」(独自)	助産師の講話では、新しい命の誕生の仕組みや、プライベートゾーンの話聞き、自他を尊重し大切にすることを学んだ。	講師：助産師
11	相模原市	小6	体育	生命の尊さ	がんの治療を受けていた方を特別講師として招き、体験談をもとにがんという病気について学んだ。病気の知識だけでなく、がん患者への理解やともに生きていくことの大切さを学んだ。社会生活を送る中で、偏見をなくし、互いに支え合い、共に暮らしていくことの大切さに気付くことができた。経験者からの話だったため、真剣な表情で参加していた。	講師：神奈川がん患者団体連合会

12	相模原市	小4	体育	体の成長と私	保健「思春期にあらわれる変化」の導入として、「命の始まり」について取り扱った。受精卵となる確率、命が生まれる奇跡に触れることで、「自分たちが生まれてここにいることは、奇跡の連続である」ことに気づいていた。また、その命を生み出すために心や体に変化していくことを知り、その変化は次の命につながる素晴らしいものであると肯定的にとらえる様子が見られた。	東京書籍 新しいほけん3, 4 NHK for school
13	相模原市	小4	体育	「思春期にあらわれる変化」	新しい命を生み出すために、思春期になると体も心も変化することを学んだ。体や心の様々な変化を前向きにとらえることができるよう、意見交換・共有をした。	東京書籍 保健 4年 P31～38
14	横須賀市	小4	体育	育ちゆくからだ とわたし	養護教諭を講師とし、思春期に起こる男女の体の外見上の変化について学習した。体の変化は誰にでも起こること、発育には個人差があることを知り、周りの人と比較するのではなく、自分の心（思い）と体を大切にしていけばいいことを学んでいた。心と体の変化について、不安に思っていることや、疑問に思っていること、知りたいことを紙に書いて質問し、いくつかの質問に対して、保健便り等で回答してもらった。今後の児童の不安の解消に繋がる良い機会となった。	講師：養護教諭
15	横須賀市	小6	体育	病気の予防	病気の予防をテーマに、喫煙・飲酒・薬物乱用について学習した。専門的な視点からも指導ができるように、キャラバンカーを依頼し、児童にとってこれから起こり得るであろう薬物の誘いや恐ろしさを話していただいた。専門的な話だったこともあり、真剣に考えることができた。	薬物防止キャラバン カー
16	横須賀市	小3	体育	水辺での安全について	児童が夏休み中、海や川などで遊ぶことが想定される。水難事故防止のため、子どもたちがどのように行動すればよいか、資料をもとに考えた。危険な場所に近づかない、子どもだけで水難事故に合うような場所へ行かない、ライフジャケットを着ることを確認した。また、溺れそうになったときは「浮いて待つ」ことが大切だと気づき、どのように行動すればよいかについて考えを深めた。	小学校体育研究会資料 「水泳運動の心得・水 辺の安全指導」
17	横須賀市	小6	体育	がん教育授業 ・がんのことを もっと知ろう ・自分や家族の 健康や命につい て考えよう	児童が、がんに対する正しい理解とがん患者に対する正しい認識及び命の大切さに対する理解を深めるために実施した。がんの正しい知識について、外部講師の話をもとに理解を深めた。講師の話から「感染」や「遺伝」もがんの原因であることを知った。そこから、がんを予防するための方法を考えた。がんについて学ぶことを通して、自他の健康と命の大切さに気付くことができた。また、がん克服の実例紹介や講師によるがん検診についての紹介を受けて知識を増やしていた。最後には、今日学んだことやお話を聞いて感じたことなどを、家族に向けて発信することにした。	T1：担任 T2：講師（看護師）

18	横須賀市	小 6	体育	薬物乱用から学ぶ命の授業 愛する自分を大切に	実際に麻薬取締官として活躍されていた方を講師にお招きし、薬物乱用防止教室を6年生にて実施した。薬物依存になってしまった身体や、危険な状態になりながら自動車の運転をした際の様子について映像を通して知った。薬物は決して遠い世界の話ではなく、身近な生活の中にも薬物の危険が潜んでいることを知り、巻き込まれそうになった場合の対処方法についても考えた。教科書で学ぶこと以外にも、実際の写真や経験談に触れたことでより一層薬物には手を出してはいけないという意識の高まりが感じられた。	講師 命の授業 LESSON-OF-LIFE
19	横須賀市	小 4	体育	思春期の体の変化	4年生は、体の変化も出始め、心身共に大きく成長する時期である。そこで、①変化していく体、②思春期の体の変化（外にあらわれる変化・中にあらわれる変化・トランスジェンダーについて）、③よりよい発達のために、と段階的に分けて指導した。児童は初めて知ることが多く驚いていた。体をよりよく発育・発達させるためには、適切な運動、食事、休養及び睡眠が必要であること、また、一人ひとりの違いを認め合い、お互いに助け合って協力していくことの大切さを学ぶことができた。	保健の教科書 思春期の体の変化授業 セット（三和製作所）
20	横須賀市	小 1	体育	男の子・女の子	①男女の体の違いに気付き、自分の体を大切にしようとする。 ②体の汚れやすい所を知り、体を清潔に保つことができるようにする。	紙芝居「赤ちゃんが生まれる話」（抜粋）
21	湘南三浦	小 4	体育	いのちのはじまりと自分の体	事前学習では、自分の体の変化について学び、その際に保健師の仕事についてもふれた。命の始まりから生命の誕生の講義を受けた。また、実際に妊娠した時のお腹の重さを体験したり、人形を使用して赤ちゃんを抱っこして赤ちゃんの重さを体感したりして、生命の尊さについて学んだ。その後、思春期におけるこころとからだの変化について学んだ。体験を通して、生命の誕生について真剣に考える表情が見られるようになった。また、これまで自分の体についてもやもやする気持ちをもっていた不安が少し無くなったという児童もいた。小さな命の尊さについて考えることができた。	講師は、市役所市民健康課の職員
22	湘南三浦	小 4	体育	命	受精から命が芽生えることや妊婦や出産のこと、思春期の心とからだの変化などについて学習。また、3か月から10か月の赤ちゃんまでの実物大の人形を抱っこし、生命の誕生の神秘に思いをはせた。	講師は、保健師・助産師
23	湘南三浦	小 4	体育	いのちの教室	・いのちの始まりを知る。 《受精》《受精卵～胎児》《出産》 大切な自分のために今できることを考えた。	保健師、助産師
24	湘南三浦	小 1	体育	水難事故	水難事故についての映像を見せた。そして、映像から学んだ水の怖さや水辺で気をつけることなどを話し合った。	参考資料 NHK For School

25	湘南三浦	小複合	体育	自分の命を自分で守る	体育科での水泳（水遊び）の学習として、着衣泳を行い、自分の命を守るためには、水中で何をすべきか、何をしてはいけないのかを学習した。また、溺れている人がいた場合は、何ができるのかについても同時に学習し、命の大切さを学んだ。	
26	湘南三浦	小4	体育	水泳指導・着衣泳	水難事故に備えて、もし溺れてしまったらどうするのか、溺れている人を見つけたらどうしたらよいか学習した。 着衣で、水に入ったときにどれくらい重くなるかという体験をした後、浮くためのこつや、ペットボトルなどで浮くための方法を体験した。溺れている人に対して自分が手を伸ばすことなく、道具を使ったり大人を呼ぶことなど、スイミングスクールの講師にも溺れた人の役で協力してもらい、安全に対応する方法を学んだ。	スイミングスクールの講師に溺れた人の役で参加してもらった。
27	湘南三浦	小4	体育	性教育 「性と命のお話」	前時に、思春期に起こる体と心の変化について単元学習をした上で、本時を迎えた。最初に多様な性やプライベートパーツについて学び、後半、妊娠・出産についてお話頂いた。赤ちゃんのお腹の中での様子や生まれる過程については、児童から多くの質問が飛び交い、高い興味を示していた。また、一人ひとりに配布された画用紙にあいた穴と一粒のお米が、命のはじまりの大きさと同じだと聞いた時は、驚きの声があがっていた。最初は恥ずかしがる様子もあったが、助産師さんの経験談等を聞くうちに、真剣な姿が見られるようになった。授業後に児童が書いた感想には、「自分を大切にしようと思った」といった言葉が見られた。	講師は助産師。 保護者にも呼びかけ、希望者には参加していただいた。
28	湘南三浦	小6	体育	保健 病気の予防 『薬物乱用防止』	保健：「病気の予防」の単元にある、「薬物乱用の害」についての授業を行った。今回は、ライオンズクラブの方に講師としてお越しいただき、薬物乱用の影響について様々な視点から指導していただいた。児童は、薬物乱用について1度の使用でも取返しのつかない事態になることや、自分だけでなく周りの人々にも大きな影響を与えてしまうことなどを学び、健康的な生活を送るために、どんなことに注意して生活をしていけばよいか、深く考えていた様子であった。今はまだ身近に感じることはない薬物の問題ではあるが、専門的な話を聞いたことで、薬物乱用という行為が大変危険なことであるという危機感を高めることができたと思う。	講師：ライオンズクラブ国際協会 三浦ライオンズクラブ ・パワーポイントを使用した講義形式での授業 ・振り返りはロイロノートを活用した。
29	湘南三浦	小4	体育	保健 思春期の体の変化	保健：「体の発育・発達」 思春期の体の変化 思春期になるとひげが生えたり、胸がふくらんだりなど体の変化のしかたは男女で異なり、さらに体の中にあられる変化、初経、月経、精通、射精についても触れ、それぞれ大人に近づくにつれてどんな体の変化があるのか深く考えられる時間になった。体の変化が始まる時期には個人差があること、誰にでも起こることを伝えた。 また、新しい生命を生み出す準備が始まったことを受け止めようとする意識を高めることができた。	養護教諭 アーニ出版 男子の成長・女子の成長

30	県央	小6	体育	水泳学習「着衣泳」	体育の水泳学習「着衣泳」を通して水の事故を防ぎ、安全に対応するための授業を行った。普段着を着たまま泳ぐことで、衣服が水を吸収して重くなる状況や動きづらさを実際に体感した。この体験を通じて水難事故に遭遇した際の適切な対処法や、無理に泳ごうとせず浮力を利用して体力を温存し、命を守るための行動を学んだ。さらに、「自分の命だけでなく他者の命も守ることの大切さ」も学んだ。無理に他人を助けに行くことで危険が広がる可能性があることを聞くと驚いたり深くうなづいたりする様子が見られた。日常の中でいかに命が尊く守るべきものであるか、そして知識が命を守ってくれるということを意識していた。	参考「着衣泳を広めるプロジェクト」
31	県央	小1	体育	食育 「サッカー食育キャラバン」	食育（朝食の大切さ、食品ロス）についての指導があった。児童は、「自分の成長の為に朝ごはんをしっかり食べようと思った。」と振り返り、健全な食生活を実践しようとしていた。	講師：F・マリノススポーツクラブコーチ
32	県央	小5	体育	命の授業（応急手当講習）	「心肺蘇生処置を知っていれば、救える命がある」という講師の言葉から始まった「命の授業」。倒れている人を発見するところから、心臓マッサージ、AEDのやり方までを一つ一つ映像を見ながら、実際に体験した。もし、道で倒れている人がいたら、身近な人が目の前で倒れたらどうするのか、知っていることで次の行動につながることを、身をもって体験することが出来た。教材を使用して心臓マッサージ等を体験する場面では、一人ひとりが命を救うという意識で真剣に取り組むことが出来た。	講師：大和市消防本部 教材「心肺蘇生トレーニングキットあっぱくんライト」
33	県央	小6	体育	命の授業（応急手当講習）	「心肺蘇生処置を知っていれば、救える命がある」という講師の言葉から始まった「命の授業」。倒れている人を発見するところから、心臓マッサージ、AEDのやり方までを一つ一つ映像を見ながら、実際に体験した。もし、道で倒れている人がいたら、身近な人が目の前で倒れたらどうするのか、知っていることで次の行動につながることを、身をもって体験することが出来た。教材を使用して心臓マッサージ等を体験する場面では、一人ひとりが命を救うという意識で真剣に取り組むことが出来た。	大和市消防本部 教材「心肺蘇生トレーニングキットあっぱくんライト」
34	県央	小5	体育	応急手当講習会	心肺蘇生法やAEDの使い方について、簡単な練習キットを使用して体験的に学習した。胸骨圧迫だけでなく、周囲の安全確認、呼吸の確認など、一連の動作についても演習を行い、傷病者を発見した時の行動について学んだ。 また、急性心不全等で亡くなった方や、AEDや応急手当により一命をとりとめた方などの事例を交えたビデオを鑑賞し、自ら率先して行動することの大切さや自分たちの行動で救える命があることなどについても学習した。	講師は大和市消防本部救急救命課職員。 心肺蘇生トレーニングキット「あっぱくんライト」を一人1セット使用し、実践的に学習することができた。
35	県央	小6	体育	心肺蘇生法について	救命処置とはについての話を聞いた。小学生でも行える救命処置で命が救われる可能性について考えた。 救命措置の手順を教わった。①安全確認②反応の確認③応援・協力者要請④呼吸の確認であることを確認した後、胸骨圧迫の練習を行った。AEDの使用手順を確認し、人形を使って実際に使用した。	大和市消防本部職員2名

36	県央	小 1	体育	「いのちのはなし」	いのちのはじまりはどのようなものなのか、いのちはどこからどのようにして生まれてくるのかをスライドにて提示した。 生まれ方のメカニズムを知ったことで、「みんなのいのちは大切である」と、「プライベートゾーンは見せない、触らせない」ということにふれた。 1年生であるため専門的な用語は扱わず、「たまご」など、わかりやすい言葉で説明していただいた。	講師は、地域にお住まいの助産師として働いている方 ・ユネスコ 包括的セクシュアリティ教育に基づく教育 ・講師作成スライド
37	県央	小 4	体育	「いのちのはなし」	はじめに人の誕生についての話を聞き、導入として体の仕組みについて関心をもたせた。プライベートゾーンの重要性を話してもらった後、人が誕生するための仕組みについて学び、「羊水」の役割等についても学習をした。女子では母親になる準備として「初経」や「月経」という言葉にふれた。また、男子にも関係するということで「精通」や「射精」などの言葉にもふれ、性教育の大切な用語について学習をした。最後に体の変化は、個人差があり、決して怖いこと・不安なことではないという話でまとめていただいた。	講師は、地域にお住まいの助産師として働いている方 ・ユネスコ 包括的セクシュアリティ教育に基づく教育 ・講師作成スライド
38	中	小 6	体育	“性”のおはなし=心+生～心と体が生き生きするための学習～	1年生の時に学んだ「プライベートパーツ」、4年生の時に学んだ「初経・精通」を展覧させて、性的同意、SNS、性の多様性など、自分や周りの人を大切にする性教育を、人権教育の一助となるよう配慮し実施した。男女の変化を理解し尊重し合えるよう、指導は男女合同で行い、養護教諭と担任で指導した。	
39	中	小 4	体育	「体の成長とわたし」	体は、思春期になると次第に大人の体に近づき、体つきが変わり、初経、精通などが起こることを学んだ。また、命のもととなる精子や卵子、受精について学んだ。	
40	中	小 4	体育	保健体育 「成長する心と体」	第二次性徴の男女の変化について、確認した。性ホルモンの影響、卵子と精子、月経の仕組み、月経と射精の手当ての仕方、命はつながっていることについて学んだ。	
41	中	小 3	体育	保健『いのちのはじまりと誕生』	生命誕生についての初歩的な理解を与え、生命の神秘性に気付かせた。生命誕生は、周囲の多くの人々に大きな喜びを与えることを知らせ、自他を大切にする心を養った。乳児の重さを体験する活動を通して、児童は、「お腹の中で赤ちゃんがこんなに成長するんだ」と生命の尊さを実感している様子だった。	
42	中	小 4	体育	「大人に近づく体」	性教育を通して、いのちができる仕組みについて学習した。単に体の仕組みや成長する仕組みだけではなく、そこに両親の愛情があることを確認した。そうすることによって、自分の命だけではなく、友達の命の大切さも考える機会となった。また、自分の成長を振り返ることで、成長には個人差があることに気付き、自分のこれからの体も大切にすることを考えた。	

43	中	小 3	体育	命の誕生	赤ちゃんが、お母さんのお腹の中でどのように成長し、生まれてくるのかを学習した。お腹の子を安全に成長させるために「走ったりしない」「自転車に乗らない」「高いヒールの靴を履かない」ことなど、妊婦が具体的に気をつけていることについての話を聞いた。また、家族だけでなく、周りの多くの人が赤ちゃんの誕生を待ち望み、見守られながら生まれてくることについて考えた。最後に赤ちゃんの人形を抱き、重さを実感したり、お世話の大変さについて話し合ったりして、命の誕生について考えることができた。	
44	中	小 6	体育	保健 「病気の予防 薬物乱用の害と 健康」	6年の保健の学習では、飲酒・喫煙・薬物乱用などの行為は健康を損なう原因となりうることを学習した。その後、ライオンズクラブの方をお招きし、薬物乱用防止教室を開催した。薬物乱用の実態やその危険性について話を聞く中で、命の大切さについてあらためて考える機会を得た。	
45	中	小 4	体育	保健教育 「育ちゆく体と わたし ～体の中で起こ る変化～」	4年生を対象に、思春期に起こる体の変化について学ぶ授業を行った。これまでの学習で学んできたとおり、体の変化には個人差があることを伝え、授業を始めた。思春期で起こる体の変化の大きな物として、女性では初経、男性では精通が起こることを学習した。また、思春期には心にも変化が現れることを説明し、成長の過程を意識した。ワークシートに記入し、自分の変化について考えた。成長には個人差があり、心や体の変化は自然なものだと認識させることができた。	講師 養護教諭 教科書 パワーポイント ワークシート ほけんだより
46	県西	小 4	体育	体の中で起きる 変化	これまで身長や体重はどのように変化してきたのか、年齢とともに変化することを理解し、大人と子供の体つきの違いや男女の体の違いについて学んだ。変化に伴って、初経や精通、変声、発毛が起きることを知り、いろいろな体の変化は個人差はあれど大人に近づくしるしであることを理解し、前向きに受け止められるように授業を行った。	担任・養護教諭による 授業
47	県西	小 4	体育	保健 体の発育と発達	「体の中で起こる変化」の学習において赤ちゃんの誕生についての話を聞き、生命の尊さについて学んだ。	みんなのほけん 3．4年（学研）