

保健体育科学習指導案

令和5年11月10日(金)第5校時 体育館
第1学年7・8・9組 115名
指導者 生田目 宗典 (T1)
綿谷 しのぶ (T2)
眞貝 依代 (T3)
畑田 美優 (T4)

1 単元名 「傷害の防止」(心肺蘇生法)

2 単元について

私たちの日常生活には、不慮の事故や自然災害に巻き込まれて、けがをしたり命を落としたりする可能性がある。日常に潜む危険にはいつ遭遇するかわからないので、日頃の備えが重要なのは言うまでもない。傷害の発生要因には様々な要因があり、それらに対する危険予測や適切な対応ができれば、事故や災害を防いだり、被害を最小限に抑えたりすることができる。また、適切な応急手当は傷害の悪化を防止したり、命を救ったりすることにつながる。本単元は傷病者を目の前にした際、適切な判断の基に応急手当ができるように、緊急時の対処の仕方を学び、実践力を養い、傷害の防止についての理解を深める単元である。

心肺停止後、すぐにAEDを使用することで、救命率は大きく変わる。そのためにAEDが普及し、使用についての啓発活動が盛んになって久しい。誰もがAEDを扱えるようにすることは、もはや安全で健康な生活のために必要な社会基盤と考えてよい。本単元ではAEDの使用を含む心肺蘇生法実習を行い、緊急時の対処の仕方や胸骨圧迫の行い方、AEDの扱い方についての基本的な知識・技能を身に付けられるよう計画した。

また、小・中学校における安全指導の連続性や自助共助の観点などからも、本単元の学習は重要な位置を占めるため、生徒が関わり合いながら学習を進める形態を工夫した。生徒が自分の知識や技能を合わせて考えた時、もしもの場面に遭遇したならば自分自身は何ができるのかということに思いを馳せ、ある種の決意を持たせることができるような展開を計画した。

3 生徒の実態

素直で活発な生徒が多く、仲間と励まし合いながら協力して活動ができる一方、課題解決に向けて自ら考えて行動することが苦手な生徒も多い。学習場面を観察すると、コロナ禍のためにさまざまな学習活動を制限されてきた影響が随所に感じられる。

小学校では心肺蘇生法トレーニングキット「あっぱくん」を使用し、心肺蘇生法について学んでおり、胸骨圧迫の技能が十分なレベルに達している生徒もいる。

4 教師の指導観

今回の学習では、日常生活での傷病の予防について理解を深めて安全な生活への意識を高める《自助》とともに、人がけがをしたり倒れていたたりした場合の適切な対処法(応急手当・一次救命)についての基本を学ばせたい。さいたま市では、「中学校第1学年段階で、すべての生徒がAEDの使用を含む心肺蘇生法を行うことができる」という目指す生徒像の元、小学校段階から系統的・計画的に、発達の段階に応じた「心肺蘇生法」を実施しているが、実習に重きを置くことでより確実な知識と技能の定着を図りたい。そして、実際に傷病者を発見した場合には自分のできる手助けを実践しようとする態度を育てたい。《共助》

また、グループ活動で話し合いやアドバイスをする場面をつくり、生徒が仲間と協力しながら、自ら考え主体的に学ぶことができる授業を展開していく。

5 単元の目標

- (1) 応急手当の必要性やAEDの使用を含む心肺蘇生法についての基礎的な事項を理解するとともに実践を通して基本的な処置ができるようにする。 【知識・技能】
- (2) 状況に応じて適切な対処を選び、行動できるようにする。 【思考・判断・表現】
- (3) 応急手当の必要性やAEDの使用を含む心肺蘇生法の意義を理解し、自分たちの生活の中で実践しようとする態度を育む。 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】

6 単元の評価規準

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
単元 の 評 価 規 準	① 応急手当とAEDの使用を含む心肺蘇生法について、基礎的な事項を理解している。 ② 胸骨圧迫の仕方やAEDの使用法などを、実習を通して身に付けている。	① 習得した知識や技能を用いて、状況に応じた適切な救助行動を考えることができる。 ② 応急手当の方法について、学習したことをもとに、自分の意見を他者に伝えることができる。	① 応急手当の意義とAEDの使用を含む心肺蘇生法について関心を持ち、理解を深めようとしたり、技能の習得に向けて学習活動に意欲的に取り組もうとしたりしている。

7 単元の計画 本時は○印

時間	ねらい・学習活動	知・技	思・判・表	態度	評価方法
1	○応急手当の意義を知るとともに、心肺蘇生法の基本的な流れを知り、実践につながるようにする。 1 傷病に対応したさまざまな応急処置があることを知り、心肺停止に陥った人への1次救命処置の意義を知る。 2 心肺蘇生法(含むAED)の手順を確認する。 3 訓練用人形を用いて胸骨圧迫の実習を行い、正しい胸骨圧迫ができるようにする。	○		○	・活動の様子の観察 ・ワークシート
2	○心肺蘇生法の流れにのっとり、胸骨圧迫とAED使用ができるようにする。 1 訓練用人形を用いて胸骨圧迫の実習を行い、正しい胸骨圧迫ができるようにする。 2 AEDの使い方を確認する。 3 心肺蘇生法(含むAED)を実施する手順を具体的に確認し、一連の流れでロールプレイ実習をすることができるようにする。	○	○		・活動の様子の観察 ・ワークシート
3	○AEDの使用を含む心肺蘇生法を実習(ロールプレイ)し、一連の流れをできるようにする。 1 資料(動画や教科書)を見ながら、心肺蘇生法の手順を確認する。 2 生活班ごとに、AEDを用いた心肺蘇生法のロールプレイ実習を順に行う。 3 実習を互いに見て、評価・アドバイスをしあい、傷病者発生の際に遭遇した場合の対処法と、自分自身の心構えを確かめる。	○	○		・活動の様子の観察 ・ワークシート

(参考) 本時の内容に関連した学習の連続性について

<p>[小学校5・6年] “あっぱくん”などを用いて、胸骨圧迫(救命入門コース)の訓練をする。 ↓ いざという時、いち早く行動することの大切さを理解する。 [中学1年] AED使用を含めた心肺蘇生法について、基本の習得。(ASUKAモデルについても紹介) ↓ [中学2年] 安全な生活についての反復学習の中で、AED使用を含めた心肺蘇生法の発展的な学習をおこない、いろいろな場面を想定した実習を通じて考えを深められるようにする。 [中学3年] 傷害の防止の学習をすすめ、CPRの基本を人に伝えることができるようになることを目指し、AEDを含めた心肺蘇生法について、より深く理解する。</p>

8 本時の学習と指導 (3/3 時)

(1) ねらい

- ・ 応急手当の心肺蘇生法について、ロールプレイの実習をとおして、AED使用を含めた基本的な処置の流れをできるようにする。【知識・技能】
- ・ 身につけた技能を、もしもの時にどのように生かすか、心構えをつくる。 【思考・判断・表現】

(2) 準備および資料

- ・訓練用ダミー人形(19体) ・訓練用AED(19台) ・プロジェクター ・スクリーン ・マイク
- ・スポーツタイマー ・PC(教師用) ・学習プリント ・掲示物 ・教科書 ・筆記用具

(3) 展開

段階	学習内容・活動	指導上の留意点 (指導○ 評価規準◆)																																																																																																							
導入 5分	<p>1.準備運動、出席確認・健康観察、用具準備</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班ごとに集まり準備体操をする。 ・体育委員と教員が出席と様子を確認する。 ・荷物を手元に置き、用具を準備する。 <p>2.挨拶・活動内容の確認</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動内容を聞き、本時の目標を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○準備等は迅速に行わせる。 ○荷物は手元に置かせる。 (T2 T3 T4:実習場所に訓練用的人形を配置させる) ○大きな声で挨拶させ、聞く姿勢なども規律正しく行動ができるようにさせる。 ○本時は一次救命処置を複数で協力しておこない、相互チェックしながら、より確かな実践力を身につけることが重要であることを端的に伝える。 																																																																																																							
展開 35分	<p>3.流れの確認 (3分)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ロールプレイの順番と手順を確認する。 ※心肺蘇生法のロールプレイ手順 <table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width:30%;">実施者</td> <td style="width:35%;">応援1 (AED)</td> <td style="width:35%;">応援2 (119)</td> </tr> <tr> <td>傷病者発見→安全確認→反応確認</td> <td colspan="2" style="text-align:center;">(待機)</td> </tr> <tr> <td>人集めの声→119番・AED依頼</td> <td colspan="2">かかげて、AEDと119番</td> </tr> <tr> <td>呼吸確認→胸骨圧迫開始</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>胸骨圧迫→人工呼吸 (30:2)</td> <td>AED持参を伝え、装着を担当</td> <td></td> </tr> </table> <p>※AEDの指示があれば、指示に従い「離れて!」などの声</p> <table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width:30%;"></td> <td style="width:35%;"></td> <td style="width:35%; text-align:center;">胸骨圧迫を交代して実施</td> </tr> </table> <p>※観察・記録は“実施者”の動きを中心に観察して実施者のワークシートにチェックをする。</p> <p>4.グループに分かれて準備 (4分)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実習できる位置に移動し、順番を確認、ワークシートを準備する。 ※役割分担 (実施者が中心・応援AB一緒に) <table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>役割</th> <th>1回</th> <th>2回</th> <th>3回</th> <th>(4)</th> <th>(5)</th> <th>(6)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>実施者</td> <td>A</td> <td>F</td> <td>B</td> <td>E</td> <td>C</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>応援1 (AED)</td> <td>B</td> <td>E</td> <td>C</td> <td>D</td> <td>A</td> <td>F</td> </tr> <tr> <td>応援2 (交代)</td> <td>C</td> <td>D</td> <td>A</td> <td>F</td> <td>B</td> <td>E</td> </tr> <tr> <td>観察 記入</td> <td>D</td> <td>C</td> <td>E</td> <td>A</td> <td>F</td> <td>B</td> </tr> <tr> <td>サポートA</td> <td>E</td> <td>B</td> <td>F</td> <td>C</td> <td>D</td> <td>A</td> </tr> <tr> <td>サポートB</td> <td>F</td> <td>A</td> <td>D</td> <td>B</td> <td>E</td> <td>C</td> </tr> </tbody> </table> <p>※サポートABは基本的に実施者の演習を観察するが、手順やセリフに詰まった時にヒントや指示を出して手助けをする。 ※4巡目以降は本時では実施しない。</p>	実施者	応援1 (AED)	応援2 (119)	傷病者発見→安全確認→反応確認	(待機)		人集めの声→119番・AED依頼	かかげて、AEDと119番		呼吸確認→胸骨圧迫開始			胸骨圧迫→人工呼吸 (30:2)	AED持参を伝え、装着を担当				胸骨圧迫を交代して実施	役割	1回	2回	3回	(4)	(5)	(6)	実施者	A	F	B	E	C	D	応援1 (AED)	B	E	C	D	A	F	応援2 (交代)	C	D	A	F	B	E	観察 記入	D	C	E	A	F	B	サポートA	E	B	F	C	D	A	サポートB	F	A	D	B	E	C	<ul style="list-style-type: none"> ○心肺蘇生法の基本的な流れを再確認させる。 ○役割分担を先に確認させて取り組ませる。 ○(T2 T3 T4):指示に傾注させ、主体的な取り組みができるように指示誘導する。 ○生活班で実習させるが、7人班は1人移動させるなどして、すべての班を6人以下のグループとする。収まらない場合は、クラスをこえて合同班を作る。 ○(T1 T2 T3 T4):実習の場所で実施順を確認させる。ワークシートを配付。 <p>[実習配置]</p> <div style="text-align:center;"> <table border="1" style="margin: auto;"> <tr> <td colspan="4" style="text-align:center;">ス テ ー ジ</td> </tr> <tr> <td colspan="4" style="text-align:center;">スクリーン</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align:center;">PC</td> <td colspan="2" style="text-align:center;">プロジェクター</td> </tr> <tr> <td style="text-align:center;">8-4 班</td> <td style="text-align:center;">7-3 班</td> <td style="text-align:center;">8-2 班</td> <td style="text-align:center;">7-1 班</td> </tr> <tr> <td style="text-align:center;">9-4 班</td> <td style="text-align:center;">8-3 班</td> <td style="text-align:center;">9-2 班</td> <td style="text-align:center;">8-1 班</td> </tr> <tr> <td style="text-align:center;">7-4 班</td> <td style="text-align:center;">9-3 班</td> <td style="text-align:center;">合同 班</td> <td style="text-align:center;">7-2 班</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td style="text-align:center;">8-6 班</td> <td style="text-align:center;">7-5 班</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td style="text-align:center;">9-6 班</td> <td style="text-align:center;">8-5 班</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td style="text-align:center;">7-6 班</td> <td style="text-align:center;">9-5 班</td> </tr> </table> </div>	ス テ ー ジ				スクリーン				PC		プロジェクター		8-4 班	7-3 班	8-2 班	7-1 班	9-4 班	8-3 班	9-2 班	8-1 班	7-4 班	9-3 班	合同 班	7-2 班			8-6 班	7-5 班			9-6 班	8-5 班			7-6 班	9-5 班
実施者	応援1 (AED)	応援2 (119)																																																																																																							
傷病者発見→安全確認→反応確認	(待機)																																																																																																								
人集めの声→119番・AED依頼	かかげて、AEDと119番																																																																																																								
呼吸確認→胸骨圧迫開始																																																																																																									
胸骨圧迫→人工呼吸 (30:2)	AED持参を伝え、装着を担当																																																																																																								
		胸骨圧迫を交代して実施																																																																																																							
役割	1回	2回	3回	(4)	(5)	(6)																																																																																																			
実施者	A	F	B	E	C	D																																																																																																			
応援1 (AED)	B	E	C	D	A	F																																																																																																			
応援2 (交代)	C	D	A	F	B	E																																																																																																			
観察 記入	D	C	E	A	F	B																																																																																																			
サポートA	E	B	F	C	D	A																																																																																																			
サポートB	F	A	D	B	E	C																																																																																																			
ス テ ー ジ																																																																																																									
スクリーン																																																																																																									
PC		プロジェクター																																																																																																							
8-4 班	7-3 班	8-2 班	7-1 班																																																																																																						
9-4 班	8-3 班	9-2 班	8-1 班																																																																																																						
7-4 班	9-3 班	合同 班	7-2 班																																																																																																						
		8-6 班	7-5 班																																																																																																						
		9-6 班	8-5 班																																																																																																						
		7-6 班	9-5 班																																																																																																						

	<p>5.ロールプレイと観察(グループ実習) (28分)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実施者は大きな動作、大きな声で、恥ずかしがらずに実習する。 ・観察記入の係は実施者を見てワークシートに記入する。 ・実施者以外の班員はそれぞれの役割に従って仕事をしたり、役を演じたりする。 ・一連の流れ(30 圧迫 2 人工呼吸(今回はやるふりだけ)の中で AED 装着まで)を終えたら、役割を交代し、グループ実習を繰り返す。 <p>※ 1 巡目:各グループ内の相互観察で実施。 2 巡目:表と裏に分かれ、隣り合う班が相互に実演を見せ合ったのち、評価反省をする。 3 巡目:評価や反省の意見を活かし、再び各班で協力型ロールプレイを実施。</p>	<p>◆心肺蘇生法について、AED 使用を含め、適切な流れで実施することができている。 【知識・技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○タイマーを使い、圧迫のテンポや開始交代のタイミングを示す。 T2 T3 T4 ○T1順にロールプレイと観察を行わせる。ワークシート記入の様子も確認する。 ○T2 T3 T4: 3 クラスに分かれて実施状況を確認しながら、適宜助言をして回る。時機をみて観察・指導するクラスを交代する。ワークシート記入の様子も確認する。 <p>※観察記録は班内の分担に沿い、実施者のワークシートに書かせる。グループ間の相互観察時はチェック項目の内容を見取り、アドバイスを考えさせる。</p>
<p>ま と め 10 分</p>	<p>6.まとめ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・相互評価を読み、自分の活動を振り返る。 ・心肺蘇生法の流れや AED の扱いについてどれくらい身についたか、理解が深まったかを自己評価する。 ・『いざという時、自分にできることは何か』を考え、緊急事態に遭遇した際に勇気をもって行動する心構えをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・ワークシートのまとめを記入する。 ・道具などの片づけをする。 <p>7.あいさつ</p>	<p>※場所はグループ活動の場所のまま</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ふりかえりを促す発問で、生徒各自に学習とその成果を確認させる。 ○ワークシートを本人に戻し、相互評価の記述を確認させ、まとめ欄に記入させる。 T2 T3 T4:巡視し、記入に集中するように指導。 ○実際に現場に遭遇した場合には、学んだことを活かし、勇気を持って自分に出来ることを行うこと、と伝え、行動する気持ちを持てるようになるがす。 *助からない命もあることをとらえさせるように伝えるとともに、できる限りの応急手当を行うことの重要性を強調する。 《 一歩を踏み出す、勇気・行動力 》 <p>◆応急処置・心肺蘇生法の重要性を理解し、いざという時に自分は何ができるのかを考えられている。 【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○片付けに関する指示を出す。 ※T1・T2・T3:きちんと片付けられるように見守り、適宜指導する。 ○大きな声で挨拶させ、規律正しい行動ができるようにさせる。

1年 心肺蘇生法 ワークシート

1年 組 番 氏名 _____

今日の目標

観察・評価者

さん

心肺蘇生法（胸骨圧迫）のポイント

○声 ○目線 ○強く・速く・絶え間なく

観察・評価者の人は、◎・○・△のどれかに○をしてください。『アドバイス』の欄に、よかったところや、もっとこうするといいいというアドバイスを記入しよう。

よくできている・・・◎ できている・・・○ もっとよくなる・・・△

声

◎ ○ △

アドバイス

胸骨圧迫（強く・速く・絶え間なく）

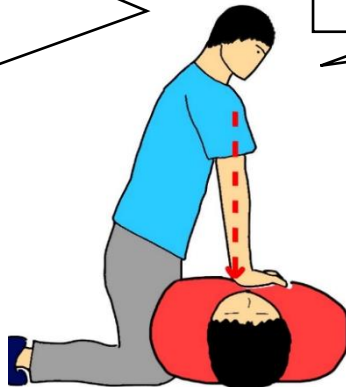
◎ ○ △

アドバイス

目線

◎ ○ △

アドバイス



～胸骨圧迫のポイント～

- ・両肘を伸ばし、胸と胸の間を、垂直に体重をかけて押す。
- ・約5cm沈むくらいまで押す。人形の場合は『カチッ』という音がする。
- ・1分間に100回～120回の速さで行う。

★自己評価

①心肺蘇生法の手順を、実習を通して理解できた。

A B C

②班の仲間と協力することができた。

A B C

③今日の学習を将来に生かすことができると思う。

A B C

授業を振り返って（反省・感想）
