

年 組 番 名前

●この章で学んだキーワード

- | | | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> 発育急進期 p.44 | <input type="checkbox"/> 個人差 p.44 | <input type="checkbox"/> 器官 p.44 | <input type="checkbox"/> 運動、食事、休養・睡眠 p.45 |
| <input type="checkbox"/> 呼吸器 p.46 | <input type="checkbox"/> 呼吸数 p.46 | <input type="checkbox"/> 肺活量 p.46 | <input type="checkbox"/> 循環器 p.47 |
| <input type="checkbox"/> 脈拍数 p.47 | <input type="checkbox"/> 拍出量 p.47 | <input type="checkbox"/> 女性ホルモン p.48 | <input type="checkbox"/> 男性ホルモン p.48 |
| <input type="checkbox"/> 卵巣 p.49 | <input type="checkbox"/> 卵子 p.49 | <input type="checkbox"/> 排卵 p.49 | <input type="checkbox"/> 受精卵 p.49 |
| <input type="checkbox"/> 月経 p.49 | <input type="checkbox"/> 精巣 p.50 | <input type="checkbox"/> 精子 p.50 | <input type="checkbox"/> 精液 p.50 |
| <input type="checkbox"/> 射精 p.50 | <input type="checkbox"/> 受精 p.50 | <input type="checkbox"/> 着床 p.50 | <input type="checkbox"/> 妊娠 p.50 |
| <input type="checkbox"/> 性意識 p.52 | <input type="checkbox"/> 性的欲求 p.52 | <input type="checkbox"/> 性衝動 p.52 | <input type="checkbox"/> 性情報 p.53 |
| <input type="checkbox"/> 知的機能 p.54 | <input type="checkbox"/> 情意機能 p.54 | <input type="checkbox"/> 感情 p.55 | <input type="checkbox"/> 意思 p.55 |
| <input type="checkbox"/> 社会性 p.56 | <input type="checkbox"/> 自立 p.56 | <input type="checkbox"/> 友達とのつきあい p.57 | |
| <input type="checkbox"/> 自己形成 p.59 | <input type="checkbox"/> 欲求 p.61 | <input type="checkbox"/> 欲求不満 p.61 | <input type="checkbox"/> ストレス p.62 |
| <input type="checkbox"/> ストレッサー p.62 | <input type="checkbox"/> 呼吸法 p.64 | <input type="checkbox"/> 漸進的筋弛緩法 p.64 | |

●振り返ろう

この章の学習を振り返り、評価してみよう。

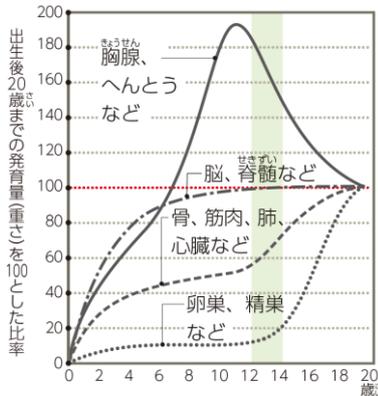
当てはまるところにチェックしよう。

知識	よくできた	できた	まあまあ	もう少し
学習の進め方を工夫するなどして、次のことを理解・習得できましたか。				
・体の各器官はどのように発育・発達するか。 ▶p.44～45				
・呼吸器や循環器はどのように発達するか。 ▶p.46～47				
・思春期の体の変化や、月経、射精、妊娠はどんな仕組みで起こるか。 ▶p.48～51				
・思春期における性意識の変化と、性に関する適切な態度や行動の選択について ▶p.52～53				
・心と大脳の関係、知的機能・情意機能の発達、および社会性の発達について ▶p.54～57				
・自己を見つめることにはどんな意味があり、どのように自己形成がなされるか。 ▶p.58～59				
・心と体にはどんな関わりがあるか、また、欲求不満やストレスにはどのように対処すればよいか。 ▶p.60～63				
・リラクセーションなどのストレスへの対処の方法について ▶p.64～65				
思考・判断・表現など	よくできた	できた	まあまあ	もう少し
学習の進め方を工夫するなどして、次のことができましたか。				
・心身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、解決方法を考えたり、適切な方法を選択したり、それらを伝え合ったりしたか。 ▶p.44～65				

●確かめよう

1. 次の各問いに答えなさい。▶p.44~47

(1) 次の図を見て、[図についての説明]が正しい場合には○、間違っている場合には×で答えなさい。



[図についての説明]

- ① 思春期には、胸腺、へんとうなどが急速に発育する。 ()
- ② 思春期には、脳や脊髄などは、大人と同じくらいまで発育が進んでいる。 ()

(2) 次の各文の () の中から正しいものを選び、記号で答えなさい。

- ① 呼吸器の発達は、呼吸数の(ア. 増大 イ. 減少)や肺活量の(ア. 増大 イ. 減少)によって知ることができる。
- ② 循環器の発達は、脈拍数の(ア. 増大 イ. 減少)や拍出量の(ア. 増大 イ. 減少)によって知ることができる。

2. 次の各文で、その内容が正しい場合には○、間違っている場合には×で答えなさい。▶p.48~53

- ① 思春期には、下垂体から分泌される性腺刺激ホルモンの刺激で生殖器の機能が発達する。 ()
- ② 女子では、生殖機能の発達によって、月経が起こるようになる。 ()
- ③ 男子に起こる射精も、月経と同じく周期的に起こる。 ()
- ④ 思春期になると、性意識にも変化が現れるが、この意識には個人差がある。 ()
- ⑤ インターネットやテレビなどから得られる性情報の中には、正しくないものが含まれていることがある。 ()

3. 次の各問いに答えなさい。▶p.54~57

(1) 次の文の () に当てはまる語句を、ア~エから選び、記号で答えなさい。

心は、知的機能、情意機能、社会性などの働きが関わり合って成り立っており、こうした心の働きは、(①)で営まれている。多くの人との関わりや読書、スポーツ、自然体験など、さまざまな経験や(②)を通して(①)に(③)を与えることで、心は生き生きと豊かに発達していく。

ア. 学習 イ. 刺激 ウ. 大脳 エ. 心臓

① () ② () ③ ()

(2) 次の①~③が表す心の働きを、ア~ウから選び、記号で答えなさい。

- ① 理解する、判断するなど ()
- ② 感情、意思など ()
- ③ 自主性、協調性など ()

ア. 知的機能 イ. 情意機能 ウ. 社会性

(3) 次の各文で、思春期の^{とくちよう}特徴として当てはまるものには○、当てはまらないものには×で答えなさい。

- ① 大人に保護され、無意識のうちに^{いそん}依存していた状態から^ぬ抜け出して、自立した大人へと歩み始めようとする。 ()
- ② 自立しようとする心が育っている表れとして、親や大人に口答えすることが全くなくなる。 ()
- ③ ^{なや}悩みや不安、希望など、何でも話せるような親友が欲しくなる。 ()

4. 次の文の () に当てはまる語句を、ア～エから選び、記号で答えなさい。▶p.58～59

思春期になると、自分自身を一つの(①)として見つめるようになり、自分は(②)からどう見られているかといったことを強く意識するようになる。

自己形成は、さまざまな場面を(③)し、考え、学び、^{なや}悩み、(④)や失敗を繰り返しながら進んでいく。

ア. 経験 イ. 他人 ウ. 対象 エ. 成功

① () ② () ③ () ④ ()

5. 次の各問いに答えなさい。▶p.60～65

(1) 次の各文の下線部が正しい場合には○、^{まちが}間違っている場合には適切となる語句を答えなさい。

- ① 心と体が密接に関係しているのは、大脳と体の諸器官が血管やホルモンでつながっているからである。 ()
- ② 他人より優れたい、集団に入りたいなど、社会生活の中で発達していく欲求を生理的欲求という。 ()
- ③ ストレスとは、周りからさまざまな^{しげき}刺激を受けて、心身に負担がかかった状態をいう。 ()

(2) 次のア～キのうち、ストレスへの対処の仕方として適切なものを全て選び、記号で答えなさい。

()

ア. 原因についての受け止め方を見直す。

イ. 心身をリラックスさせる。

ウ. ひたすら我慢する。

エ. ^{しんらい}信頼できる大人に相談する。

オ. 相手を^{こうげき}攻撃する。

カ. 規則正しい生活を送る。

キ. 他人のせいにする。

●生かそう

1. 次の文を読んで、問いに答えなさい。

中学1年生のAさんは、部活動で筋力を強化するトレーニングを多くする目標を立てました。しかし、先生から「持久力を高めるために、持久走を多くしよう」というアドバイスを受けました。

① 先生がアドバイスした理由を答えなさい。

思春期は、()の機能と関わりの深い持久力を高めるのに、最も適した時期だから。

2. 次の文を読んで、問いに答えなさい。

あなたは、Bさんと調べ学習の発表をすることになりました。発表の日が近づいてきたある日、Bさんが「発表のことを考えると緊張して、最近眠れなかったり、いらいらしたりすることが増えた」と話していました。

① Bさんの緊張を解くための方法を、二つ答えなさい。

()

()

●生活への活用

「心身の発達と心の健康」を学習して、もっと学習したい、自分自身の生活に生かしたいと思ったことを書いておきましょう。

.....

.....

.....