

第2学年 保健体育科学習指導案 ※中学校2時間枠

作成日時： 年 月 日

指導者：

1. 単元名 (3) 傷害の防止 (エ) 応急手当の意義と実際

2. 単元の目標

- 応急手当の意義と実際について、具体的に理解できるようにし、胸骨圧迫やAED（自動体外式除細動器）の使い方を含む心肺蘇生法などの技能を身につけられるようにする。
（知識・技能）
- 胸骨圧迫やAEDの使い方を含む応急手当について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などから、科学的に考え、判断し、それらを表現できるようにする。
（思考・判断・表現）
- 胸骨圧迫やAEDの使い方を含む応急手当について関心をもち、学習活動に意欲的に取り組めるようにする。
（主体的に学習に取り組む態度）

3. 単元について

小学校では、「交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止、すり傷や鼻出血などの簡単な手当」などを学習している。中学校では「迅速かつ適切な応急手当は傷害の悪化を防止する」を学習内容とし、特に胸骨圧迫やAEDの使い方を含む心肺蘇生法を始めとした応急手当の方法について、実習を通して技能を身につけ、直面した障害に対し主体的に取り組めるようにする。実習を通して、知識の定着と科学的根拠による実践力を身に付けさせるための活動や発問、助言等を教師がしっかりと行うことが重要である。

傷害の防止に関する知識の習得を重視した上で、実習を通して、生徒が状況を正しく判断して適切な行動がとれる思考力や判断力等を身に付けることができるような展開とし、応急手当を必要とされる場面に遭遇したとき、実際に行動できるようにしたい。

4. 単元の評価規準 (学習活動に即した評価規準)

	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	<p>① 応急手当を迅速かつ適切に行うことによって、傷害の悪化を防止できることや、応急手当の方法について理解したことを言ったり、書いたりしているとともに、包帯法や止血法としての直接圧迫法ができる。</p> <p>② 心肺停止に陥った人に遭遇したときの応急手当として、迅速な 119 番通報、胸骨圧迫、AED を使用するなど心肺蘇生法があること、及びその方法等について理解したことを言ったり書いたりしているとともに、胸骨圧迫や AED の使い方を含む心肺蘇生法ができる。</p>	<p>① 傷害の防止における事柄や情報などについて、保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見するなどを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立て伝え合っている。</p> <p>② 傷害に応じた適切な応急手当について、習得した知識や技能を傷害の状態に合わせて活用して、傷害の悪化を防止する方法を見つけたり、選んだりするなどして、それらを説明している。</p>	<p>① 胸骨圧迫や AED の使い方を含む応急手当について、課題解決に向けた学習に自主的に取り組もうとしている。</p>

5. 指導と評価の計画 (2 時間)

※評価規準欄の①は,上記『単元の評価規準』内の①を参照

時間	主な学習内容・学習活動	評価規準			評価方法
		知識 技能	思考 判断 表現	主体的に学 習に取り組 む態度	
1 応急手当の方法	<p>・突然,心停止に陥った人がどのような様子であるか,また,心臓はどのような状態になっているかを考え,呼吸の様子,心臓の動きなど体のしくみを学び,胸骨圧迫や AED による電気ショックなどの救命処置の必要性を理解できるようにする。また,119 番通報,AED の設置場所など社会のしくみを学び,心肺蘇生法の手順について考えられるようにする。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本時の課題について考える。 2. 学習のねらいを知る。 3. 自分の体で呼吸を観察し,呼吸の確認について考える。 4. 両手で心臓の動きを再現しながら,心停止について考える。 5. AED 設置場所を確認する。 6. 資料を参考にして 119 番通報時の通信指令員とのやりとり (口頭指導) について確認する。 7. 本時で学んだことを参考にして,下記の「救命処置カード」を,心肺蘇生の手順に並べ替える。 8. 本時の学習を振り返り,ワークシートに心肺蘇生法の手順,留意点をまとめ,感想を発表する。 		①		<p>(学習活動 1)</p> <p>心臓は突然止まることがあることを知り,突然倒れた人を見たら心停止かもしれないことを理解し,呼吸や心臓の動きなど体のしくみ,119 番通報や AED の設置場所など地域社会について学びを基に,個人生活と関連付けたりして,心肺蘇生法の手順を話し合いながら内容を捉える。</p> <p>(評価方法:観察・ワークシート)</p> <p><思-①></p>

<p style="text-align: center;">2 応急手当の実習</p>	<p>・前時で学習した「心肺蘇生法の手順」を再確認する。突然倒れた人に対する救命処置を一連のストーリーとして進行（心肺蘇生法 説明用動画）をしていく中で、胸骨圧迫、AEDの使用法について実習を通して、知識の定着と科学的根拠による実践力を身に付けるようにする。</p> <p>1. 学習のねらいを知る。 心肺蘇生法の手順（心肺蘇生法 説明用動画）に従い、実習を進める。</p> <p>① 安全の確認 ② 反応の確認 ③ 人を呼ぶ ④ 119 番通報、AED 手配を依頼 ⑤ 呼吸の確認 ⑥ 胸骨圧迫の仕方 ⑦ AED の使い方</p> <p>2. 本日の帰宅途中に、突然、人が倒れるのを目撃したとき、積極的に関わろうとするかについて考え、発表する。</p>	<p style="text-align: center;">②</p>	<p style="text-align: center;">①</p>	<p>(学習活動2)</p> <p>心停止に対する応急手当として、胸骨圧迫、AEDの使用があることを知り、その方法について理解したことを言ったり、書いたり、さらに訓練用人形を用いて実技を実施している状況等内容を捉える。</p> <p>(評価方法：観察・ワークシート) <知-②></p> <p>(学習活動3)</p> <p>胸骨圧迫やAEDの使い方を含む応急手当について、課題解決に向けた学習活動に自主的に取り組もうとしている状況、及び実際の心停止現場に遭遇した際、自主的に関わろうとする意欲等内容を捉える。</p> <p>(評価方法：観察・ワークシート) <態-①></p>
--	---	--------------------------------------	--------------------------------------	---

本時の指導 (1/2時間)

(1) 本時の目標

- 突然、心停止に陥った人がどのような様子かを想像しながら、呼吸や心臓の動きなど体のしくみを学び、胸骨圧迫やAED（自動体外式除細動器）による電気ショックなどの救命処置の必要性を理解できるようにさせる。（知識・技能）
- 119番通報（口頭指導）、AEDの設置場所など命を守る社会のしくみを学び、突然倒れた人への心肺蘇生法の適切な手順について考え、実行できるようにさせる。（思考・判断・表現）

(2) 準備・資料

- ・ワークシート
- ・チェックシート
- ・心肺蘇生法 説明用動画
- ・プロジェクタ
- ・小黒板
- ・救命処置カード

(3) 展開

時間	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 (5分)	1. 本時の学習課題について考える 長距離走の大会に向けた練習中、突然クラスメイトが倒れました。あなたは、まず何をしますか？ <予想される反応> ・助けを呼ぶ（先生を呼ぶ） ・声をかける ・119番通報をする など	<ul style="list-style-type: none"> ○ 《安全確認》《反応の確認》《119・AEDの要請》《呼吸の確認》《胸骨圧迫》《AEDで電気ショック》と記載されたカードを用意しておく。 ○ みんなから意見を出してもらおう。 ○ 出てきた意見のカードを黒板に貼る。 ○ まず「大丈夫ですか？」と呼びかける（反応の確認）ことが大切だと気づかせる。 ○ 《反応の確認》カードを黒板に貼る。
展開 (30分)	2. 学習のねらいを知る <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px 0;"> 突然、人が倒れたときの対応のしかた（手順）を考える </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 本時のねらいを提示し、学習の見通しを持たせる。
	3. 心臓がブルブルと痙攣した状態も「心停止」であることを理解させる。	<ul style="list-style-type: none"> ○ 両手を使い、正常な心臓の動きをどのように表現できるかをやってみせる。

心停止のとき,心臓がどのような状態か両手を使って表現しよう。

<予想される反応>

- ・手の動きを停止させた状態
- ・両手をブルブルと震わせている
- ・何をしたらいいのわからない

4. 「AED」について

- ・AED は,ブルブルと痙攣している心臓に電気ショックを与え,心臓の動きを正常に戻すための機器であると説明する。
- ・学校に設置している AED を持つてくるのに必要な時間を想定させる。

5. 「胸骨圧迫」について

- ・胸骨圧迫は血液を押し出せなくなった心臓の代わりに血液を全身に送るための救命処置であると理解させる。

6. 「呼吸の確認」について

- ・「心停止」は呼吸の有無で判断することを理解させる。

7. 「119・AED の依頼」について

《119・AED の依頼》カードが,どこに入るか考えてみよう。

<予想される反応>

- ・《反応の確認》の前
- ・《呼吸の確認》の前

- 心臓がブルブルと痙攣している状態では血液を押し出せないので,心停止であると気づかせる。
- 心臓がブルブルと痙攣している状態を「心室細動」と呼ぶと伝えてもよい。
- 学校に設置している AED,または訓練用 AED などを用いて説明する。
- 学校に設置している AED を持ちだす際は,有事の際に困らないように配慮する。
- AED を持つてくるには時間がかかることに気づかせる。
- 《AED で電気ショック》カードを貼る。
- DVD に収録されている胸骨圧迫のスライドを見せながら説明する。
- AED が届くまで時間がかかるため,胸骨圧迫をして脳と心臓を守ると伝える。
- 《胸骨圧迫》カードを貼る。
- 心停止になると血液が脳に届かなくなり,すぐに意識,呼吸がなくなることを説明する。
- 《呼吸の確認》カードを貼る。
- みんなから意見を出してもらおう。
- 「大丈夫ですか?」と呼びかけても反応がなければ,救急車を呼ぶ状況である。そして,心停止も疑われるため AED を依頼すると説明する。

<p style="text-align: center;">展開 (30分)</p>	<p>・《胸骨圧迫》の前</p> <p>8. 「安全確認」について 「車の往来が多い道路,向かい側の歩道で人が倒れた」などの状況を挙げ,倒れた人に近づく前に,必ず「安全確認」することの重要性を伝える。</p>	<p>○ 《119・AED 要請》カードを《反応確認》と《呼吸の確認》の間に貼る。</p> <p>○ 倒れた人を助けたいという気持ちはとても大切だが,それ以上に自分の身を守ることが優先される。しかし,倒れた人に近づけなくても,自分にできることを考え実行することが大切であると伝える。</p> <p>○ 《安全確認》カードを貼る。</p> <p>◆ 119 番通報,AED の設置場所など社会のしくみを学び,心肺蘇生法の手順について捉える。(評価方法:観察・ワークシート) 【知識・技能】</p>
<p style="text-align: center;">まとめ (10分)</p>	<p>9. 本時の学習を振り返り,ワークシートに心肺蘇生法の手順,留意点についてまとめ,感想を発表する。</p>	<p>○ 中学生でも,人を助けたいという気持ちに加えて,救命処置に対する知識と技術があれば,救える命があることを理解させる。</p> <p>○ 次時限では,今回学んだ心肺蘇生の流れに沿って実習すると伝える。</p> <p>◆ 心臓は突然止まることがあることを知り,突然倒れた人を見たら心停止かもしれないことを理解し,呼吸や心臓の動きなど体のしくみ,119 番通報や AED の設置場所など地域社会について学びを基に,個人生活と関連付けたりして,心肺蘇生法の手順を話し合いながら内容を捉える。 (評価方法:観察・ワークシート) 【思考・判断・表現】</p>

6. 本時の指導 (2/2時間)

(1) 本時の目標

- 前時で学習した「心肺蘇生法の手順」を再確認する。突然倒れた人に対する救命処置を一連のストーリーとして進行 (DVD 動画) していく中で、胸骨圧迫、AED の使用法について実習を通して、知識の定着をはかる。(知識・技能)
- 科学的根拠による胸骨圧迫・AED の使用方法について実践力を身に付けるようにする。(主体的に取り組む態度)

(2) 準備・資料

- ・ワークシート
- ・心肺蘇生法 説明用動画
- ・訓練用人形 (心臓部のみも可)
- ・訓練用 AED
- ・プロジェクタ
- ・小黑板
- ・中学生による救命処置で命を救ったなどの記事 (可能であれば)

(3) 展開

時間	主な学習内容・学習活動	○指導上の留意点 ◆評価
導入 (10分)	<p>1. 本時の学習課題について考える</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>長距離走の練習中、突然、クラスメイトが倒れるのを目撃した。クラスメイトはどうしたのでしょうか？</p> </div> <p><予想される反応></p> <ul style="list-style-type: none"> ・転んだ ・つまずいた ・心臓が止まった 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 突然、人が倒れたら「心停止かも」と考えられるようにする。 ○ 心臓がブルブルと痙攣している状態も「心停止」であると理解し、その状態は長く続かないため、5 分以内の電気ショックが目標と知る。救急車を待つのではなく、その場に居合わせた人による救命処置が必要と理解させる。
展開 (30分)	<p>2. 学習のねらいを知る</p> <div style="border: 3px double black; padding: 10px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>突然、人が倒れたときの対応を考える</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 本時のねらいを提示し、学習の見通しを持たせる。

3. 突然、人が倒れたときの救命処置を、動画を見ながら項目ごとに説明を加えながら訓練用人形、訓練用心臓、及び訓練用 AED 等で実習する。

① 安全の確認

② 反応の確認

・みんなで、両肩を叩きながら「大丈夫ですか?」と呼び掛ける。

③ 119 番通報、AED の依頼

・みんなで、「119 番と AED お願いしま〜す」と大声で叫ぶ。

・ AED 設置場所を確認する。

学校のどこに AED があるか、わかりますか?

④ 呼吸の確認

・ DVD に収録されている動画で「死戦期呼吸」を確認する。

・ みんなで、訓練用人形に対して 10 秒以内で、胸とお腹の動きを観察する。

・ 「死戦期呼吸」かどうかの判断は難しいこと、「普段どおりの呼吸」でなければ胸骨圧迫を開始することを説明する。

また、わからない (判断に迷う) ときも胸骨圧迫を開始すると説明する。

○ 実習は 1 人又は 2 人 1 組 (基本的には 2 人) で行う。

○ 119 番通報をすると「口頭指導」が得られることを説明する。

○ 学校内の AED 設置場所を確認する。

○ AED マップで学区内の AED 設置場所を確認してもよい。また、学区内の AED マップを作成してもよい。



AED マップ：日本 AED 財団「AED N@VI」

URL : <https://aed-navi.jp/>

○ 呼吸をすると胸とお腹が動くこと、呼吸はゆっくりであることを、胸とお腹に手を置いて確認させてもよい。

○ 胸骨圧迫をすることで心臓から血液を送り出し、「脳」と「心臓」を守ってい

⑤ 胸骨圧迫

*自分の体で「胸骨の下半分」を確認する。

*胸骨圧迫の姿勢を理解する。

なぜ、肘を伸ばし手のひらの付け根で押すのでしょうか？

<予想される反応>

- ・押しやすいから
- ・体重をかけやすいから

*胸骨圧迫のポイントを説明する。

強く：深さ約5cm

速く：100～120回/分

絶え間なく：中断時間を最小限に

*胸骨圧迫の実習

・みんなで、胸骨圧迫の実技（1～2分）を実施する。

・感想を発表する。

・2人1組で、胸骨圧迫の交代（2～3分）を実施する。

⑥ AEDの使い方

・みんなで、訓練用AEDの電源を入れる。

・自分の体で「パッドの装着位置（右胸と左脇の下）」を確認した後、訓練用人形に

ることを説明する。

○ 訓練用心臓を押しながら考えさせる。

○ 「両手を重ね、肘を伸ばし、手のひらの付け根で、真上から垂直に押す」と説明する。

○ 訓練用心臓は、成人への胸骨圧迫の際、深さ約5cmで胸骨圧迫できる力を加えると「ピッ」と鳴ることを利用して、適切な力で押しているか確認できる。



○ 100～120回/分のテンポになる曲を紹介してもよい（どんぐりころころ等）。

○ 1人1個の訓練用心臓を使用する。

○ 「胸骨圧迫は疲れる」ことを共有し、交代の大切さに気づかせる。

○ 胸骨圧迫の交代時には、中断時間を最小限にするため声を掛け、合図をすることが大切と伝える。

○ 学校に設置しているAED、訓練用AEDなどを用いて説明する。

○ 学校に設置しているAEDを持ちだす際は、有事の際困らないように配慮する。

<p style="text-align: center;">展開 (30 分)</p>	<p>訓練用 AED のパッドを貼る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「体に触らないで下さい,心電図を調べています」等の音声メッセージが流れたら,胸骨圧迫を中断し,倒れている人から離れると説明する。 ・「電気ショックが必要です」という音声メッセージが流れたら,倒れている人に誰も触れていないことを確認してから,電気ショックボタンを押すと説明する。また,訓練用 AED の電気ショックボタンを押させる。 ・「体に触っても大丈夫です,直ちに胸骨圧迫を始めて下さい」という音声メッセージが流れたら,すぐに胸骨圧迫を再開すると説明する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 訓練用 AED で実習を行う。 ○ 電源を入れると流れる音声メッセージに従い操作することを説明する。 ○ 心臓を挟むようにパッドを貼るため,左側のパッドは側面になることを強調する。皮膚に直接,貼り付けることも説明する。 ○ 電気ショックの際,大きな電流が流れるため,倒れている人に触れていると感電するので危険と伝える。 「手足を動かす」「顔をしかめる」等目的のある動作がみられたら胸骨圧迫を中止すると説明する。 ◆ 心停止に対する応急手当として,胸骨圧迫,AED (自動体外式除細動器) の使用があることを知り,その方法について理解したことを言ったり,書いたり,さらに訓練用人形を用いて実技を実施している状況等内容を捉える。 (評価方法: 観察・ワークシート) 【知識・技能】
<p style="text-align: center;">まとめ (10 分)</p>	<p>4. 本日の帰宅途中,突然,目の前で人が倒れたとき,積極的に関わるかについて考え,発表する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 救命処置を理解し,実技を学ぶことで,突然,人が倒れても,積極的に関われることを理解する。 ○ 胸骨圧迫は,友達同士などで「ふざけてやらない」ことを伝える。 ◆ 胸骨圧迫や AED の使い方を含む応急手当について,課題解決に向けた学習活動に自主的に取り組もうとしている状況,及び実際の心停止現場に遭遇した際,自主的に関わろうとする意欲等内容を捉える。 (評価方法: 観察・ワークシート) 【主体的に学習に取り組む態度】