

第1学年 保健体育科課題 part⑤ 5月14日配布

1 体の発育・発達 P6~7 教科書をよく読みながら取り組みましょう!			
1年	組	番	名前

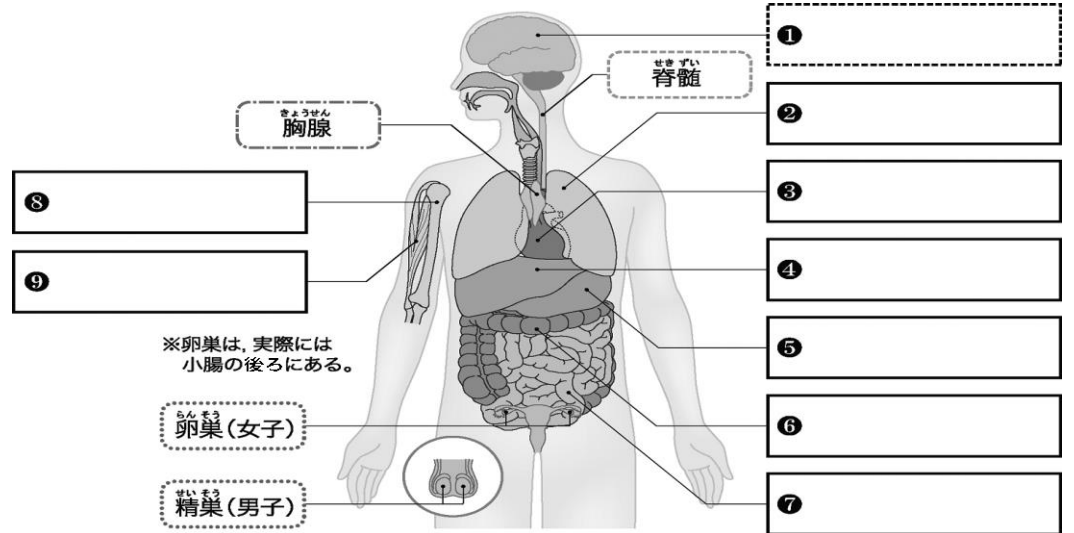
☆中学生の時期は皆さんの体がとても発育・発達します。だからこそ、今の自分の体や心の状態について知り、正しい知識を身に付けることが重要です。保健というのは自分自身の体や心について学び、考えるものです。すぐに必要な知識もあれば、明日、1年後、5年後かもしれない。しかし、いつか必ず助けになる知識が多いです。未来の自分のために真剣に学習しましょう。

発育とは… 発達とは…

1. 体にはどのような器官があるか、

□に器官の名前を書き入れましょう。

※巻末の口絵⑩~⑫を参考にしましょう。



2. 教科書P7の資料2のグラフから、中学生の時期(12~15歳)の発育の特徴について、書き出してみましょう。

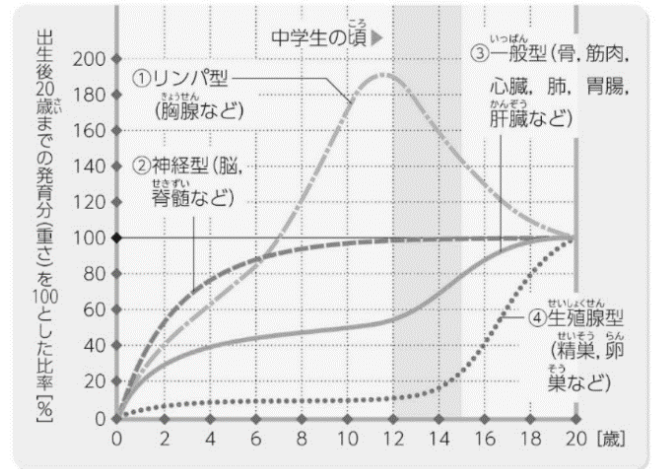
◇一般型(骨、筋肉、心臓、肺、胃腸、肝臓など)

◇神経型(脳、脊髄など)

◇生殖腺型(精巣、卵巣など)

◇リンパ型(胸腺など)

資料2



ヒント：何歳頃にどのような変化があるとか

3 学習のまとめ 次の各文の[]に当てはまる語句を下の語群から選び、記号で答えなさい。

- 体の各器官の大きさや重さが増すことを〔①〕といい、働きが高まることを〔②〕という。
- 骨、筋肉、心臓、肺、胃腸、肝臓などの大部分の器官は、大人になるまでに、急速に発育する時期が二度ある。この時期を〔③〕といい、一度目は〔④〕の頃で、二度目は一般的に小学校高学年から高校生の頃の〔⑤〕である。
- 思春期には、卵巣や精巣などの〔⑥〕も急速に発育し、〔⑦〕が発達するのに伴い、体の変化や男女の特徴がはっきりと現れてくる。
- 〔⑧〕、脊髄などは、ほかの器官に比べて早くから発育・発達し、思春期には大人と同じくらいに発育している。
- 〔⑨〕などのリンパ器官は、〔⑩〕などから体を守る働きをする〔⑪〕をつかさどり、思春期には大人以上に発育し、その後、小さくなって大人と同じ大きさになる。
- 各器官の発育・発達の時期や程度には〔⑫〕がある。

解答↓

ア 生殖機能	イ 免疫	ウ 思春期
エ 病原体	オ 生殖器	カ 発育急進期
キ 乳児	ク 発育	ケ 個人差
コ 胸腺	サ 脳	シ 発達

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧
⑨	⑩	⑪	⑫

2 呼吸器・循環器の発育・発達 P8~9 教科書をよく読みながら取り組みましょう！

1年 組 番 名前

☆生きていくために、呼吸というのは必要不可欠ですね。実は腹筋や背筋のようにトレーニングによって呼吸器・循環器を鍛えることができます。呼吸器・循環器を鍛えると持久力が向上し疲れにくい体を作ってくれます。では、発育急進期である中学生の時期には呼吸器・循環器はどのように発育・発達していくのかを学び、効率良く心肺機能を高めていきましょう。

1. **やってみよう** 自分の1分間の呼吸数と心拍数を測って生まれたばかりの赤ちゃん（新生児）と比べてみましょう。

	新生児	自分（平常時）
呼吸数	40~50回/分	()回/分
心拍数	120~140回/分	()回/分

2. 呼吸器の働きと年齢による呼吸数・肺活量の変化（P8の資料1・2）について、書き出してみましょう。

また、その理由も考えてみましょう。

・呼吸器の働きと年齢による呼吸数・肺活量の変化

・変化の理由

3. 循環器の働きと年齢による心拍数・拍出量の変化（P9の資料5）について、書き出してみましょう。

また、その理由も考えてみましょう。

◇循環器の働きと年齢による心拍数・拍出量の変化

◇変化の理由

4. **考えてみよう** 呼吸器・循環器の機能の発達は、運動などの習慣によって違いが現れます。

どのような違いが現れるのか、P9資料6から心拍数を例に説明してみましょう。

5 **学習のまとめ** 次の各文の〔 〕に当てはまる語句を下の語群から選び、記号で答えなさい。

- (1) 鼻、気管、肺などを〔①〕といい、空気中から体内に〔②〕を取り入れ、体内で発生した〔③〕を体外に放出する働きをしている。
- (2) 気管の先の〔④〕と、それらを取り巻く〔⑤〕との間で、酸素と二酸化炭素の交換が行われる。
- (3) 呼吸器が発育・発達すると、1回の呼吸で取り入れる〔⑥〕の量が多くなるので、呼吸数が〔⑦〕したり、肺活量が〔⑧〕したりする。

ア 増大	イ 毛細血管	ウ 酸素
エ 呼吸器	オ 肺胞	カ 減少
キ 空気	ク 二酸化炭素	

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧

- (4) 心臓や血管などを〔①〕といい、肺から取り入れた〔②〕や、小腸から吸収された〔③〕を全身に運んだり、全身の細胞から出された〔④〕を肺に運んだりする。
- (5) 心臓は、血液を循環させる〔⑤〕の働きをしている。
- (6) 循環器が発育・発達すると、心臓が大きくなったり〔⑥〕する力が強くなったりするため、心拍数が〔⑦〕したり、拍出量が〔⑧〕したりする。

ア 酸素	イ 増大	ウ 収縮
エ 養分	オ 二酸化炭素	カ 減少
キ ポンプ	ク 循環器	

①	②	③	④
⑤	⑥	⑦	⑧