

保健体育科学習指導案

中学校～応急手当の意義と基本～

(オクリンクプラス用教材「応急手当の意義と基本」1 コマ版・全 23 枚 対応)

本時の指導

▶ (1) ねらい：

心停止に陥った人に遭遇した際に、勇気を持って行動しようという意欲が高まる。

実習を通して胸骨圧迫と AED の基本的な技能を身に付ける。

実習を通して、胸骨圧迫と AED の使い方に対する自信を高めることができる。

▶ (2) 準備物：

- ・生徒（各自）：胸骨圧迫の練習に使う「しっかり押せるもの」
 - ・座布団やクッション、空のペットボトル（ふたを閉めたまま）、毛布、防災頭巾など
- ・教師：生徒端末（オクリンクプラス）、動画とスライドを投影するモニター等

※簡易心肺蘇生トレーニングキット「あっぱくんライト®」をご用意いただくと、より理解が深まります。

※当日その場では用意できないため、事前に持参や準備をお伝えください。

※実習は人に対しては行いません。用意したものを押して練習させてください。

▶ (3) 本時の展開（50 分）：

区分／ 時間	No	学習活動（主な発問と予想される生徒の意識）	指導上の留意点
導入 8 分	1	1. 本時のテーマを知る（スライド 1） T ：今日は「応急手当の意義と基本」の学習として、心肺蘇生（胸骨圧迫）と AED について学びます。	・単元名は教科書に合わせて「応急手当」、教材内で扱う内容は「救命処置（胸骨圧迫＋AED）」であることを教師が理解しておく 【オクリンクプラス操作】 ・スライド 1 を提示（AED マーク・宝くじ助成クレジット表示）
	2	2. 動画を見て自分事として捉える（スライド 2） T ：身近な場所で、もしも誰かがとつぜん倒れたら。あなたはどうか行動しますか。 (運動場・体育館・部活の場面の動画を視聴) ・こわい、どうしていいかわからない ・とにかく助けを呼ぶと思う	・運動中に誰の身にも起こりうる場面であることを捉えさせる 【オクリンクプラス操作】 ・スライド 2 の動画リンクからモニター等に投影して視聴
	3	3. AED マークを想起する（スライド 3） T ：この AED のマークを見たことはありますか。見たことがある場所を書きましょう。 ・駅、コンビニ、学校、体育館など	・AED が身近な場所に設置されていることに気付かせる ・マークは JIS Z 8210 の統一マーク（日本国内は赤）であることを補足してもよい 【オクリンクプラス操作】 ・スライド 3 のカードに入力・提出

展開① (知る) 13分	4	4. 学習課題を確認する（スライド 4） T: だれかの「もしも」に、自分が動ける人になりましょう。 学習の流れ：①救命処置はなぜ必要か ②胸骨圧迫の基本を学ぶ ③AED のやり方を覚える ④身近にあるもので練習してみよう	・本時が知識の理解だけでなく実習を伴うことを予告する 【オクリンクプラス操作】 ・スライド 4 のカードで学習の流れを共有
	5	5. 事前アンケートに回答する（PRE）（スライド 5） T: 今の自信度について、当てはまるものをひとつ選びましょう。「胸骨圧迫や AED を、自分でもできそうですか？」 （できる自信がある／少しできそう／まだ自信がない）	・今は自信がなくて構わないこと、授業後に再度同じ質問をして変化を見ることを伝える 【オクリンクプラス操作】 ・PRE 選択肢集計カードで回答・集計を表示
	6	6. 心臓突然死を自分ごととして捉える（スライド 6） T: 心臓がとつぜん止まることは、交通事故よりも起こりうる、身近なできごとです。 ①年齢に関係なく、だれの身にも起こりうる ②心室細動（心臓が細かくふるえる状態）が起こり、血液を送れなくなる	・こわがらせるためではなく、「動ける」ようになるために知る、という位置づけを明確に伝える ・心室細動には、少しでも早く AED による電気ショックが必要であることを押さえる
	7	7. 救命処置の緊急性を理解する（スライド 7） T: 救命処置の開始が早ければ早いほど、救命の可能性が高くなります。 （救命処置をすれば、しない場合と比べて救命の可能性が約 2 倍） ①そばにいる人が、すぐに動くことが大切 ②胸骨圧迫と AED で、たすかる可能性は大きく上がる	・教科書の資料と対応させて提示する ・POINT「あなたの素早い行動が大事」を強調する（時間の長短ではなく、すぐ動くことに焦点を当てる） ・グラフの出典は『改訂 7 版 救急蘇生法の指針 2025 市民用』 ・救命処置のなかでも特に重要な胸骨圧迫と AED の使い方を今日は学ぶことを伝える。
	8	8. 救命処置の流れを考える（並べ替え）（スライド 8） T: 倒れている人を発見したときの流れとして、正しい順番に並べかえましょう。（発見＝スタート／救急隊＝ゴールは固定）	【オクリンクプラス操作】 ・カード並べ替え機能を使用。ペア／グループで話し合わせてもよい ・カードは「周囲の安全確認・反応の確認」「大声で応援・119・AED 要請」「呼吸の確認・胸骨圧迫」「AED を使う」の 4 枚
	9	9. 正しい流れを確認する（スライド 9） T: これが、いのちをつなぐ正しい流れです。 発見→周囲の安全確認・反応の確認→大声で応援・119・AED 要請→呼吸の確認・胸骨圧迫→AED を使う→救急隊	・迷ったら、まず大声で大人を呼ぶ／119 番。一人で抱えこまないことが第一歩であると強調する
	10	10. 安全の確認の大切さを知る（スライド 10） T: 助けるとき、いちばん大切なのは自分の安全です。 ①まず周りの安全を確かめる（十分に救命処置が行える場所か） ②必要があれば安全な場所に移動／大人を呼ぶ ③近づけない時は、無理に近づかず、直ちに 119 番通報をする	・自分の身を守ることも立派な救命処置であることを押さえる ・チェック項目（車・自転車／火・煙・水／足場）を具体例として確認させる
	11	11. 反応の確認をする（スライド 11） T: 反応がなければ、心停止のうたがいがあります。 ①倒れている人に近づく ②肩をたたきながら、「大丈夫ですか？」と声をかける ③反応がなければ、大声で助けを呼ぶ	・呼びかけても目を開けない、返事や目的のあるしぐさがない場合は「反応なし」と判断させる ・判断に迷うときも「反応なし」として動いてよいことを強調し、ためらいを取り除く
	12	12. 【実習】応援・通報・AED 依頼をやってみる（スライド 12） T: 隣の人とペアになって、「119 番と AED をお願いします」と伝え合ってみましょう。 （大声で応援を呼ぶ／119 番通報／AED を依頼、の 3 つの役割）	・隣同士のペアで役を交代し、全員が声に出す。教材のスライドにも「隣の人とペアになって」と明示している ・周りを巻き込んでチームを作ることが、何よりも大切な最初の救命処置であることを伝える
	13	13. 【実習】呼吸の確認をやってみる（スライド 13） T: 動画を見て、普段どおりの呼吸があるかを確認しましょう。 ①倒れている人の胸と腹の動きを、10 秒以内で見る ②普段どおりの呼吸がなければ、心停止のうたがい ③しゃくりあげる呼吸（死戦期呼吸）のときも「呼吸なし」と判断	・動画に合わせて、10 秒間を全員で一緒に数えながら確認させる ・死戦期呼吸は言葉だけでは伝わりにくいため、必ず動画で見せる ・迷ったときも「呼吸なし」として動いてよいことを強調する
展開② (やってみ)	14	14. 胸骨圧迫の方法を知る（スライド 14） T: 反応がないか判断に迷う場合は、胸骨圧迫を行います。 ①強く・速く・絶え間なく胸の真ん中を押す	・押す位置は「胸の真ん中（胸骨の下半分）」。「イラストで位置を確認させ、自分の体で確認をさせる。みぞおちを押さないよう注意する ・両手を重ね、ひじを伸ばしてまっすぐ体重をかけ

る) 16分		②元の胸の位置までしっかり戻すことを意識する	ることを示範する ・戻し（リコイル）も圧迫と同じくらい大切であることを補足する
	15	15.【実習】胸骨圧迫を実習する（スライド 15） T：動画のリズムに合わせて練習してみましょう。 強く（胸が約 5cm 沈むくらい）・速く（1 分間に 100～120 回）・絶え間なく（中断せずに）・しっかり戻す（元の位置まで戻って押す）	・練習には、生徒が持参した「しっかり押せるもの」（座布団やクッション、空のペットボトル（ふたを閉めたまま）、毛布、防災頭巾など）を使う ・人に対しては絶対に行かせない。必ず用意したものを押させる ・テンポは 1 分間に 120 回のリズムに設定している ・机間指導でフォームを個別に確認する ・安全に配慮し、周囲と間隔を取らせる 【オクリンクプラス操作】 ・テンポ音付き動画をモニター等に投影
	16	16.【評価】実習を振り返る（スライド 16） T：できたところに、チェックを入れましょう。 ①手の位置：胸の真ん中に手を重ねて置けた ②姿勢：ひじを伸ばし、まっすぐ体重をかけられた ③速さ：1 分間に 100～120 回のリズムでできた ④続ける：できるだけ中断せずにできた	・うまくできないところがあっても、次にできるようになるための確認であることを伝える 【オクリンクプラス操作】 ・チェックカードを提出
展開③ （知る・やってみる） 8分	17	17. AED 到着までの流れを知る（スライド 17） T：胸骨圧迫を続けているうちに AED が届いたら、あわてず協力して使う。 ①押し続ける（AED の指示があるまで胸骨圧迫を止めない） ②AED が到着（運んできた人と声をかけ合う） ③電源を入れる（音声メッセージに従って操作する）	・胸骨圧迫は可能な限り中断しないことを強調する ・声をかけ合って胸骨圧迫を中断させることなく、AED を使うことを強調する。
	18	18. AED の使い方を知る（スライド 18） T：電源を入れれば、AED が声で教えてくれます。 ①電源を入れる（フタを開けると入る機種も） ②音声通りに倒れている人の素肌に 2 枚の電極パッドをはる ③倒れている人に誰もふれていないことを確認して電気ショックボタンを押す ④救急隊が来るまで電源は切らずに胸骨圧迫を続ける	・パッドは右鎖骨の下と左脇の下（側胸部）にはることを、イラストで確認させる ・自分の体の上で、パッドをはる位置を手で触って確認させる ・パッドをはっている間も胸骨圧迫を続けることを押さえる ・2 分ほどで AED から次の指示があること、救急隊に引き継ぐまで電源は切らずパッドもはがさないことを補足する
	19	19.【実習】電気ショックボタンを押してみる（スライド 19） T：電気ショックが必要と AED から聞こえたら、「離れて！」と言って周囲の安全を確認して、ショックボタンを押してみましょう。	・必ず「離れて！」と声に出させ、周囲を見回す動作までを一連で行わせる ・実際の AED がなくても、画面のショックボタンに触れる動作で代替できることを伝える ・スライドの「ここが電気ショックボタン」の表示で、押す位置を先に確認させる 【オクリンクプラス操作】 ・電源を入れたあとのような音声指示が流れるのか知っておくため、実際の AED 音声を読み理解を囁める。 ・端末に表示されたショックボタンを押す
終末 5分	20	20. 救急隊への引き継ぎを知る（スライド 20） T：救急隊が来たら、これまでのことを伝えてバトンパスしましょう。 救急隊に伝えること：①いつ・どこで倒れたか ②何をしたか（胸骨圧迫・AED） ③AED のショックを行ったか	・自分たちの行動が救急隊の処置に引き継がれる「リレー」であることを実感させる
	21	21. 行動する勇気について考える（スライド 21） T：こわくて当たり前です。それでも、「やってみよう」という気持ちが誰かを救います。 ①助からない場合もある（救命処置を行ったことに価値がある） ②法的責任は問われない（善意で行った救命処置は、法的な責任を問われ	・一度止まった心臓を再び動かすことは難しく、一生懸命、救命処置をしても助からない場合もあることを伝える。 ・善意による免責の趣旨を正確に伝える ・救命処置を行った後に気持ちがつかなくなることは自然な反応であり、必ず大人に相談してよいと伝え

	ない) ③心がつらくなることもある（保護者や学校の先生など大人に相談しよう）	る。「一人で抱えない」ことを強調する。
22	22. 事後アンケートに回答する（POST）（スライド 22） T: 学んだいま、自信度はどう変わったでしょうか。（PRE と同一の 3 択）	【オクリンクプラス操作】 ・事前の結果と並べて表示し、クラス全体で「自信が上がった」変化を確かめる
23	23. 授業を振り返る（スライド 23） T: 今回の授業を受けて、考えたことや気づいたことを書きましょう。 キーワード：AED は身近にある／強く・速く・絶え間なく・しっかり戻す／ためらわず、大人と動く	【オクリンクプラス操作】 ・みんなの広場でタブを作成（可視化しない場合は提出 BOX） ・キーワード集計機能によるテキスト分析（必要に応じて）

(3) 評価の視点（保健体育科における生徒の学習状況及び成長の様子についての評価）

- ・心臓突然死の特徴や救命処置の意義について理解している。（発言・カード）
- ・胸骨圧迫の基本動作を、実習を通して身に付けている。（実技観察・チェックカード）
- ・応援要請・呼吸の確認・AED の操作について、声や動作を伴って実践しようとしている。（実技観察）
- ・勇気を持って行動しようとする態度、自分が何ができるか、できることを行う姿勢、大人と協力しようとする姿勢について考えている。（発言・振り返りカード）