

学習課題(中学校3年生)



【保健体育(保健分野)】

<学習内容>

「健康と環境～環境の変化と適応能力～」

- ・ 環境が変化すると体はどのように対応するのか、また、適応能力の限界を超えた環境では体はどうなるのかについてまとめましょう。
- ・ 熱中症の事例について、学習したことを参考に考えましょう。

<取り組み方>

○ワークシートを使って、以下についてまとめましょう。

- (1) 環境が変化すると体はどのように対応するのかについて教科書やインターネット、書籍などを使って調べましょう。
- (2) 適応能力の限界を超えた環境では体はどうなるのかについて教科書やインターネット、書籍などを使って調べましょう。
- (3) 事例を読み、熱中症になる原因と考えられるものに線を引きましょう。
- (4) 熱中症にならないようにするためにどんなことに気を付けると良いか、その理由とともに考えてみましょう。

『環境の変化と適応能力』

_____年 _____組 _____番名前 _____

(1) 環境が変化すると体はどのように対応するでしょうか。

① 暑いとき、体にどのような変化が起こるでしょうか。

② 寒いとき、体にどのような変化が起こるでしょうか。

③ 適応能力とはどのような能力ですか。

(2) 適応能力の限界を超えた環境では体はどうなるのでしょうか。教科書P36～37 やインターネット、書籍を参考に以下の問いに答えましょう。

① 熱中症はどんなときに起こるでしょうか。

② 低体温症や凍死はどんなときに起こるでしょうか。

③ 高山病はどんなときに起こるでしょうか。

(3) 次の事例を読み、熱中症になった原因と考えられるものに線を引きましょう。

6月のある日、バスケットボール部員が部活動中に熱中症になりました。当日の気温は20℃程度で、体育館の窓は閉め切っていました。他の部活動も一緒に活動していたので、体育館には合計60名近くの生徒がいました。また、その日は雨が降っていて、じめじめしていました。大会が近く、活動も本格的になっていおり、熱気が立ち込めていました。

(4) (3) の事例の生徒が熱中症にならないようにするためには、どんなことに気を付ければ良かったでしょうか。