

習志野市立第二中学校 保健体育科 第2学年 シラバス

【学習の目標等】

- ・身体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動の意義と行い方、身体の動きを高める方法などを理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせができるようにする。
- ・技ができる楽しさや喜びを味わい、運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関して高まる体力などを理解するとともに、技をよりよく行えるようにする。
- ・心身の健全な育成をはかり、身体活動の爽快さ、スポーツの楽しさを学習するとともに、ルールを遵守する姿勢や礼儀を学び、習得する。
- ・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができるようにする。
- ・勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技術や仲間と連携した動きでゲームを展開することができるようにする。
- ・技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、等を理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて、簡易な攻防を展開することができるようにする。
- ・感じを込めて踊ったり皆で踊ったりする楽しさや喜びを味わい、ダンスの特性や表現の仕方などを理解するとともに、イメージをとらえた表現や踊りを通じた交流をすることができるようにする。
- ・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解することができるようにする。
- ・健康・安全についての知識を正しく理解し、生涯を通じてより良い行動ができるようにする。

【評価の観点及び内容、方法】

観点	内容	方法
知識・技能	運動の合理的な実践に関する具体的な事項や、生涯にわたって運動を豊かに実践するための理論について理解しているとともに、運動の特性に応じた基本的な技能を身に付いている。また、個人生活における健康・安全について科学的に理解しているとともに、基本的な技能を身に付けている。	・定期テスト ・実技テスト ・成果物
思考・判断・表現	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて、課題に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して科学的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	・定期テスト ・発表のテスト ・成果物
主体的に学習に取り組む態度	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、運動の合理的な実践に自主的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとしている。	・授業の様子 ・成果物 ・学習ノート

【教科担任からのメッセージ】

（１）保健体育科の学習について

保健体育科では、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することができるようになることが目標です。そのために、１年生では基本技能を学び、安全で公平・公正に体育を実施していく基礎作りを行っていきます。また、保健分野では、健康や安全にかかわることに関心を持ち、広く知識を身につけ、自己の生活に生かしていく授業を目指します。

保健体育として他教科と横断的に関わり合い、運動やスポーツとの多様な考え方を養い、体力や技能の程度に関わらず、運動やスポーツの楽しみ方を身に付けていけるようにしましょう。

（２）授業の持ち物

体育分野：実技の教科書、ファイル、筆記用具、水筒、タオル、その他单元ごとに指定した物。

保健分野：保健の教科書、ファイル、学習ノート、筆記用具

（３）授業の進め方・学習のポイント

グラウンド、２００ｍトラック、武道場、アリーナ、サブアリーナ、２５ｍプールなど、体育施設を活用し、多種多様のスポーツ実技を行います。

１時間の進め方は、ランニング（トラック２周、アリーナ３周）体操、補強運動、めあての確認、話し合い活動、学習カード記入、振り返り、まとめ、となります。

（４）家庭学習について

授業は单元ごとに進めていきます。学習カードやワークを活用して計画的に復習が行えると、定期テストの対策にもつながります。

【学習計画】（週時間数 ３時間）

〈体育実技〉

	題材・学習内容	学習のねらい
１学期	集団行動 体づくり運動 武道 バスケットボール 水泳	・運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにする。 ・運動・体力向上の必要性について理解するとともに、基本的な技能をみに付けるようにする。
２学期	バドミントン 長距離走 体育理論	・運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し、判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。 ・運動における競争や協議の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、参画することができるようにする。
３学期	バレーボール ダンス	・一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。

〈保健分野〉

	題材・学習内容	学習のねらい
1 学期	【健康な生活と疾病の予防】 1. 生活習慣病とその予防－ 1 生活習慣病とその予防－ 2 2. がんとその予防 3. 喫煙と健康 4. 飲酒と健康 5. 薬物乱用と健康 6. 喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけ	・生活習慣病の予防の観点から、自分の生活を振り返る。 ・喫煙は喫煙者の周りの人にどんな影響を及ぼすのか理解する ・飲酒は健康にどんな影響を及ぼすにか理解する。 ・薬物の心身への害と社会への悪影響について理解する。 ・薬物乱用をはじめるきっかけと防止対策について理解する。
2 学期	【傷害の防止】 1. 傷害の原因と防止 2. 交通事故の現状と原因 3. 交通事故の防止 4. 犯罪被害の防止 5. 自然災害に備えて 6. 応急手当の意義と基本	・傷害はどんなことで起こり、どうすれば防止できるのか理解できる。 ・中学生の交通事故の特徴と交通事故の原因について理解する。 ・交通事故を防止するためには、どんな対策をとればよいか理解する。 ・犯罪被害を防止するためにはどうすればよいかを理解する。 ・地震や台風、大雨などによる被害を防ぐためにはどうすればよいかを理解する。 ・応急手当が必要なのはなぜか、どんな手当が基本なのか理解する。 ・応急手当の一般的な流れを通報の練習を通して理解する。
3 学期	【スポーツの効果と安全】 1. スポーツが体と心に及ぼす効果 2. スポーツの学び方 3. スポーツの安全な行い方、スポーツのルール等	※体育理論については、スポーツのルールを理解すること、スポーツの意義について知ること、体の仕組みを理解し体力の向上に意欲を示すことを目標とする。