

「保健体育科」シラバス

教科の目標	1. 運動を楽しむための身体の動かし方を身につける。 →運動を通して体力や筋力、運動神経を鍛えて一生を通じて体育を楽しめる基礎をつくる。 2. 心身の健康を保持増進するための実践力を養う。 →健康のための知識や情報を学ぶ。 3. 協力する力やマナーを身につける →仲間と助け合ったり、ルールを守ったりすることの大切さを教える。		
評価について	・授業に取り組む姿勢を評価 ・技能テストで伸びを評価 ・単元テストやノートまとめで評価	学習の進め方	基礎体力づくり 基礎筋力づくり 基礎感覚・技術づくり ゲームなどの実践練習

3年間の学習内容

	第1学年	第2学年	第3学年
1学期	(1) 体づくり運動 新体力テスト (2) 器械運動 跳び箱運動・マット運動 (3) 陸上競技Ⅰ 走幅跳、走高跳 (4) 保健分野 体の発育・発達 呼吸器・循環器の発育発達	(1) 体づくり運動 新体力テスト (2) 器械運動 集団演技 (3) 球技 サッカー、バスケ (4) 保健分野 生活習慣病の健康への影響、生活習慣病、がんとその予防	(1) 体づくり運動 新体力テスト (2) 陸上競技Ⅰ 走幅跳、走高跳 (3) 球技【選択】 バスケ・サッカー (4) 保健分野 感染症の予防と健康を守る社会の取り組み
2学期	(5) 陸上競技Ⅱ 短距離走、リレー (6) 球技 ソフトボール (7) 陸上競技Ⅲ 長距離走 (8) 保健分野 生殖にかかわる働き of 成熟① (9) 生殖にかかわる働き of 成熟② 性への関心と行動	(5) 陸上競技Ⅱ 短距離走、リレー (6) 球技 ソフトボール (7) 陸上競技Ⅲ 長距離走 (8) 保健分野 ・けがの原因と防止 ・交通事故の実態と原因 ・交通事故の防止	(5) 陸上競技Ⅱ 短距離、リレー (6) 球技 ソフトボール (7) 陸上競技Ⅲ 長距離走 (8) 保健分野 感染症の予防と健康を守る社会の取り組み
3学期	(10) 武道・ダンス 創作ダンス、剣道 (11) 球技 バレーボール (12) 保健分野 知的機能・情意機能の発達、社会性の発達と自立自己形成、欲求とその充足、心と体のかかわりとストレス、ストレスへの対処の仕方、リラクゼーションの方法	(9) 武道 創作ダンス、剣道 (10) 球技 バレーボール (11) 保健分野 自然災害によるけがの防止、応急手当の意義と基本、心肺蘇生法の流れ、心肺蘇生法、止血法、包帯法、固定法	(9) 球技Ⅰ バレーボール (10) 球技Ⅱ 卓球、バドミントン (11) 保健分野 環境の健康への影響