

# 「保健体育科」シラバス

<b>教科の目標</b>	体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することを目指す。		
<b>評価について</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業に取り組む様子</li> <li>・技能テスト</li> <li>・AI（思考力）テスト</li> <li>・定期テスト</li> </ul>	<b>学習の進め方</b>	『全力体育』『全力応援』の川里中体育授業合言葉の実現を目指して、活気あふれる体育活動を通してたくましい体と粘り強い心を養うことができる授業を展開する。

## 3年間の学習内容

	第1学年	第2学年	第3学年
<b>1学期</b>	体づくり運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・集団行動</li> <li>・新体力テスト</li> </ul> 器械運動【選択】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・跳び箱運動</li> <li>・マット運動</li> </ul> 陸上競技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・短距離走、リレー〈保健分野〉</li> <li>・体の発育・発達</li> <li>・呼吸器・循環器の発育・発達</li> </ul>	体づくり運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・集団行動</li> <li>・新体力テスト</li> </ul> 器械運動【選択】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・跳び箱運動</li> <li>・マット運動</li> </ul> 陸上競技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・短距離走、リレー〈保健分野〉</li> <li>・喫煙と健康</li> <li>・飲酒と健康</li> <li>・薬物乱用と健康</li> <li>・喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけと対処</li> </ul>	体づくり運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・集団行動</li> <li>・新体力テスト</li> </ul> 器械運動【選択】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・跳び箱運動</li> <li>・マット運動</li> </ul> 陸上競技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・短距離走、リレー〈保健分野〉</li> <li>・喫煙と健康</li> <li>・飲酒と健康</li> <li>・薬物乱用と健康</li> </ul>
<b>2学期</b>	陸上競技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・長距離走〈保健分野〉</li> <li>・生殖にかかわる働きの成熟(1)</li> <li>・生殖にかかわる働きの成熟(2)</li> <li>・性への関心と行動</li> </ul>	陸上競技【選択】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・走り幅跳び</li> <li>・走り高跳び</li> <li>・長距離走【必修】</li> </ul> 球技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトボール〈保健分野〉</li> <li>・けがの原因と防止</li> <li>・交通事故の実態と原因</li> <li>・交通事故の防止</li> </ul>	陸上競技【選択】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・走り幅跳び</li> <li>・走り高跳び</li> <li>・長距離走【必修】</li> </ul> 球技【選択】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー</li> <li>・バスケットボール〈保健分野〉</li> <li>・感染症と病原体</li> <li>・感染症の予防</li> </ul>
<b>3学期</b>	武道 <ul style="list-style-type: none"> <li>・剣道</li> </ul> ダンス <ul style="list-style-type: none"> <li>・現代的なリズムのダンス</li> </ul> 球技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール〈保健分野〉</li> <li>・知的機能・情意機能の発達</li> <li>・社会性の発達と自立</li> <li>・自己形成</li> <li>・欲求とその充足</li> <li>・心と体のかかわりとストレス</li> <li>・ストレスへの対処のしかた</li> <li>・リラクセーションの方法</li> </ul>	武道 <ul style="list-style-type: none"> <li>・剣道</li> </ul> ダンス <ul style="list-style-type: none"> <li>・現代的なリズムのダンス〈保健分野〉</li> <li>・自然災害によるけがの防止</li> <li>・応急手当の意義と基本</li> <li>・心肺蘇生法の流れ</li> <li>・心肺蘇生法</li> <li>・止血法、包帯法、固定法</li> </ul>	球技【選択】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・テニス</li> <li>・バドミントン〈保健分野〉</li> <li>・性感染症の予防</li> <li>・エイズの予防</li> <li>・医薬品の正しい使い方</li> <li>・医療・保健機関とその利用</li> </ul>