

令和6年度 中学2年 シラバス

□科目	保健体育（実技）			
□授業時数	2時間／週			
□教材	ステップアップ中学体育（大修館書店）			
□学習到達目標	各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高めるとともに運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにし、生活を明るく健全にする能力を身に付ける。また、運動における競争や共同の経験を通して公正な態度を育て、進んで規則を守り、互いに協力して責任を果たすなどの態度を身に付ける。			
□成績評価基準	年間を通じて実技・保健・平常点を総合して評価する。			
□授業計画	月	単元・項目	内 容	備 考
	4月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 集団行動</li> <li>○ 体育大会種目練習</li> <li>○ 陸上競技</li> <li>○ 体カテスト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 四列横隊の作成，列の増減</li> <li>・ 豊山体操</li> <li>・ 種目練習</li> <li>・ スタート練習</li> <li>・ 持久走</li> <li>・ 短距離走(50m走)</li> <li>・ 握力</li> <li>・ 長座体前屈</li> </ul>	実技テスト①
	5月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 水泳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 立ち幅跳び</li> <li>・ 反復横跳び</li> <li>・ 上体起こし</li> <li>・ 50m走</li> <li>・ 20mシャトルラン</li> <li>・ ハンドボール投げ</li> <li>・ 水泳についてのガイダンス</li> <li>・ 一年次の復習</li> </ul>	
	6月		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ スタート練習</li> <li>・ インターバルトレーニング</li> <li>・ ターン練習</li> <li>・ 平泳ぎ</li> <li>・ キック，プル，コンビネーション</li> <li>・ 50m自由形タイム測定</li> </ul>	実技テスト②
	7月	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 水泳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ リレー</li> </ul>	

令和6年度 中学2年 シラバス

□授業計画	月	単 元・項 目	内 容	備 考
	9月	○ ダンス (現代的なリズムのダンス)  ○ マット運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ダンスについてのガイダンス</li> <li>・ 一年次の復習</li> <li>・ リズム取り (アップ動作, ダウン動作)</li> <li>・ エアロビクス</li> <li>・ マット運動についてのガイダンス</li> <li>・ 1年次の復習</li> <li>・ バランス</li> </ul>	実技テスト③
	10月	○ 次年度体育大会種目練習  ○ バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 倒立前転</li> <li>・ 側転</li> <li>・ 後転倒立</li> <li>・ 各技を組み合わせて演技する</li> <li>・ 相撲体操</li> <li>・ バレーボールについてのガイダンス</li> <li>・ 一年次の復習</li> </ul>	
	11月		(オーバーハンドパス, アンダーハンドパス) <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ボール慣れ (キャッチボール等)</li> <li>・ 対人パス</li> <li>・ スパイク</li> <li>・ サーブ</li> </ul>	実技テスト④
	12月	○ バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ゲーム練習</li> </ul>	
	1月	○ 卓球	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 卓球についてのガイダンス</li> <li>・ 一年次の復習</li> <li>・ フォアハンド, バックハンド</li> <li>・ つっつき</li> </ul>	
	2月		<ul style="list-style-type: none"> <li>・ サーブ (下回転, 横回転)</li> <li>・ ゲーム展開 シングルス, ダブルス</li> <li>・ ボールコントロール</li> </ul>	実技テスト⑤
	3月	○ 卓球	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ゲーム練習</li> </ul>	

令和6年度 中学2年 シラバス

□科目	保健体育（保健）			
□授業時数	1時間／週			
□教材	中学保健体育（学研）			
□学習到達目標	運動の特性に応じた学び方や安全確保の仕方を理解する。また、心身の発達や心の健康および健康と生活について理解し、合理的に健康を保持増進する能力と態度や障害の防止と疾病の予防について理解する。また応急処置の基礎的技能を修得し、実践できる能力と態度を身に付ける。			
□成績評価基準	年間を通じて実技・保健・平常点を総合して評価する。			
□授業計画	月	単元・項目	内 容	備 考
	4月	<b>【体育編】</b> 2章 スポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方 1. スポーツが心身と社会性に及ぼす効果  2. スポーツの学び方  3. スポーツの安全な行い方	1 スポーツが体に及ぼす効果 2 スポーツが心に及ぼす効果 3 スポーツが社会性に及ぼす効果  1 技術・技能と戦術・作戦 2 スポーツの効果的な学び方  1 スポーツの選択と計画 2 スポーツ活動の自己管理 3 スポーツ活動の安全 4 野外スポーツの安全な行い方	
	5月	<b>【保健編】</b> 3章 健康な生活と病気の予防② 1. 生活習慣とその予防  2. がんとその予防  3. 喫煙と健康	1 生活習慣病とは 2 生活習慣病の予防  1 がんとは 2 がんの予防  1 喫煙の健康への影響 2 20歳未満の喫煙の害 3 周りの人などへの影響	
	6月	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  たばこ・酒・薬物に手を出さないために	1 飲酒の健康への影響 2 長期間にわたる飲酒の害 3 20歳未満の飲酒の害  1 薬物乱用と薬物依存 2 薬物乱用の害 3 薬物乱用の社会への悪影響  1 個人要因 2 社会的環境の要因 3 防止対策	
	7月			定期テスト①

令和6年度 中学2年 シラバス

□授業計画	月	単元・項目	内 容	備 考
	9月	<b>【保健編】</b> 4章 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	1 傷害とその原因 2 傷害の防止  1 中学生の交通事故の特徴 2 交通事故の原因  1 安全な行動と危険予測 2 安全な環境づくり 3 車両の整備と安全装備の使用	
	10月	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  実習	1 犯罪被害の予測と回避 2 犯罪の取り組み  1 自然災害 2 災害への備えと発生時の行動  1 応急手当の意義 2 心肺蘇生法の基本 3 きずの手当の基本 心肺蘇生法・きずの手当	
	11月	<b>【体育編】</b> 3章 文化としてのスポーツ 1. スポーツの文化的意義  2. 国際的なスポーツ大会とその役割  3. 人々を結び付けるスポーツ	1 現代生活におけるスポーツ 2 スポーツの推進  1 国際的なスポーツ大会 2 世界に広がるスポーツの魅力  1 人々を結び付けるスポーツ 2 ささまざまな違いを超える	
	12月			定期テスト②
	1月	<b>【保健編】</b> 5章 健康な生活と病気の予防③ 1. 感染症とその予防  2. 性感染症とその予防/エイズ	1 感染症 2 感染症の予防 3 感染症の治療と回復  1 性感染症 2 性感染症の予防 3 エイズ 4 エイズの予防	
	2月	3. 健康を守る社会の取り組み  4. 医療機関の利用と医薬品の使用	1 健康を守るための社会的活動 2 保健機関とその利用  1 医療機関とその利用 2 医薬品の作用 3 医薬品の正しい使い方	
	3月			定期テスト③