

令和4年度 高校2年 文系特進コース シラバス

□教科	体育				
□授業時数	2時間/週				
□教材	最新スポーツルール(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事ができるようになり、生活を明るく健全にする能力を身につけられるようにする。また、運動における競争や共同の経験を通して、公正な態度を学び、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つけられるようにする。				
□成績評価基準	体育に対する理解、実技力及び社会性を重視する。				
□授業計画	月	予定時数	単元・項目	内 容	備 考
	4	5	○ 集団行動 球技 ○ バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体育実技の授業についてのガイダンス ・ 集合隊形、整列、点呼、解散など ・ 豊山体操 ・ ランニング ・ チームを作り、チーム練習とする ・ フットワーク、パス、レシーブ等1年次の総合復習 ・ 各種のサーブ練習 ・ サーブレシーブ ・ レシーブボールを正確にセッターに届くようにする 	
	5	6	○ バレーボール 球技 ○ フットサル	<ul style="list-style-type: none"> ・ サーブ、レシーブ、トス、アタックの練習 ・ 簡易ゲーム ・ 実技試験 各種の技術とボールコントロールの正確性 バレーボールに対する意欲 ・ ボールコントロール ・ インサイドキック 	実技テスト①
	6	8		<ul style="list-style-type: none"> ・ インステップキック ・ 1対1 ・ 2対2 ・ 3対3 ・ ゲーム ・ 実技試験 フットサルに対する意欲と安全への配慮 	実技テスト②
	7	1			
	9	6	○ 水泳(ブレスト)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 腰掛キック、壁キック、ビート板キック(蛙足) ・ 陸上でのプル練習 ・ プルブイを使用したプル練習 ・ プレッシングの練習(ビート板、プルブイを使用) ・ 総合練習(フォームを考えて正確に泳ぐ) ・ コンビネーション練習(プル、キック、プレッシング) ・ 25mを泳ぎ切るスピード練習 ・ ターン練習(必ず両手でタッチする) ・ 50mをスピードを落とさずに泳ぎ切る練習 	

令和4年度 高校2年 文系特進コース シラバス

□授業計画	月	予定 時数	単 元・項 目	内 容	備 考
	10	6	球技 ○ 卓球	<ul style="list-style-type: none"> ・ 50mの記録計測 ・ 実技試験 キック、プルの正確さとコンビネーションターンと50mの記録 水泳に対する意欲 ・ フォア、ショート、ツッツキ等の打法(正確に) ・ フォア対フォア、フォア対ショートofラリー ・ ツッツキofラリー 	実技テスト③
	11	7	○ 卓球	<ul style="list-style-type: none"> ・ ツッツキofラリーからドライブボールを打つ ・ ドライブボールをショートで返球する ・ 各種カットサーブof練習 ・ スマッシュof練習 ・ スマッシュをロビングボールで返球する ・ ゲーム練習 ・ 実技試験 各種打法of正確性、ボールコントロール 卓球に対する意欲 	実技テスト④
	12	0			
	1	5	球技 ○ バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> ・ フットワーク、パス、ドリブル、シュート ・ オフェンスとディフェンス ・ スクリーンプレー ・ ハーフコートで3対3 ・ オールコートで3対4 ・ オールコートで4対4 ・ オールコートで5対5 	
	2	6	○ バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> ・ 実技試験 ボールコントロール、ボディコントロール ・ シュートの正確性 ・ バスケットボールに対する意欲 ・ 簡易ゲーム 	実技テスト⑤
	3	0			

令和4年度 高校2年 文系特進コース シラバス

□教科	保健				
□授業時数	1時間/週				
□教材	最新高等保健体育(大修館書店)				
□学習到達目標	私たちの生活は、科学技術の進歩・経済の発展により、豊かで便利になった半面、生活の質や生きがい重要視されるようになった現代社会において、生活習慣病や喫煙・飲酒、ストレスなど、さまざまな健康の課題に対して、適切に意志決定・行動選択をおこなう必要があることを学んで、健康的なライフスタイルを身につけられるようにする。				
□成績評価基準	集団の健康に関する知識の習得、および健康についての総合的な認識を高める能力を評価する。				
□授業計画	月	予定時数	単元・項目	内 容	備 考
	4	3	1 単元 現代社会と健康 1 健康の考え方や成り立ち 2 私たちの健康のすがた 3 健康に関する意志決定・行動選択と環境づくり 4 生活習慣病とその予防	① 健康については、さまざまな考え方がある ② 健康はさまざまな要因から成り立っている ① わが国の健康水準は向上を続けてきた ② 健康問題は時代とともに変化する ① 適切な意志決定・行動選択が重要である ② 適切な意志決定・行動選択をするために ③ 健康にかかわる環境づくりが重要である ① 生活習慣と関連の深い病気を生活習慣病という ② 生活習慣病を予防しよう	
	5	3	5 食事と健康 6 運動・休養と健康 7 喫煙と健康 8 飲酒と健康	① 食事は健康の基礎である ② 健康的な食事をとろう ① 適度な運動が健康をつくる ② 休養が疲労を回復し、活力をよみがえらせる ① 喫煙は、健康に大きな影響をもたらす ② 喫煙を始めるとなかなかやめられなくなる ③ たばこ対策は全世界で進められている ① アルコールは、脳や体に影響を及ぼす ② 長期間の過度の飲酒は、多くの問題を引き起こす ③ さまざまな飲酒対策がおこなわれている	
	6	4	9 薬物乱用と健康 10 感染症とその予防 11 性感染症・エイズとその予防 ◎1学期のまとめ	① 「1回だけ」でも薬物は人生を台なしにする ② 自分の周囲や社会にも薬物は悪影響をもたらす ③ 薬物には多面的な対策が必要である ① 病原体が原因の病気を感染症という ② 問題となる感染症は変化してきている ③ 感染症の予防は、社会と個人で取り組む ① 性感染症・エイズが若者の間で問題となっている ② 性感染症・エイズは予防できる	
	7	1			定期テスト① 7/3~7
	9	4	12 欲求と適応機制 13 心身の相関とストレス 14 心の健康のために 15 交通事故の現状と要因	① 欲求は成長とともに多様化する ② 欲求不満や葛藤をやわらげる心の働きがある ① 心と体は、一体となって働いている ② ストレスは、心と体に影響を及ぼす ① ストレスは、さまざまな対処方法がある ② 自己実現は、心の健康につながる ① 若者では自動車と二輪車の事故が多い ② 3つの要因がかかわって交通事故が起こる	

令和4年度 高校2年 文系特進コース シラバス

□授業計画	月	予定 時数	単 元・項 目	内 容	備 考
	10	4	16 交通事故を防ぐために 17 応急手当の意義とその基本 18 日常的な応急手当 19 心肺蘇生法の原理とおこない方	① 運転者には、資質と責任が必要である ② 安全な交通社会づくりが進められている ① 適切な応急手当は命を救い、痛みをやわらげる ② 応急手当の最初のポイントは確認と観察である ① けがにおうじた応急手当がある ② 熱中症には適切な手当が大切である ① 心肺蘇生法は原理にもとづいている ② 心肺蘇生法には適切な手順がある	
	11	4	2 単元 生涯を通じる健康 1 思春期と健康 2 性への関心・欲求と性行動 3 妊娠・出産と健康	① 思春期には、生殖器が発達する ② 思春期には不安や悩みが多い ① 性意識には男女で差がある ② 不正確な情報にまどわされない ① 母子の健康を維持しよう ② 母子保健サービスを活用しよう	
	12	1	◎2学期のまとめ		定期テスト② 12/6～9
	1	3	4 避妊法と人工妊娠中絶 5 結婚生活と健康 6 中高年期と健康 7 医薬品とその活用	① 安全で確実な避妊法を選ぶ必要がある ② 人工妊娠中絶は、女性にとって大きな負担となる ① 心身の発達が結婚生活の基盤となる ② よいコミュニケーションが結婚生活を支える ① 中高年期を健やかに過ごすために ② 中高年期の健康を支える取り組みが進んでいる ① 正しい使い方が医薬品の効果を高める ② 医薬品の安全性を守る取り組みがある	
	2	3	8 医療サービスとその活用 9 保健サービスとその活用 10 さまざまな保健活動や対策 ◎1年間のまとめ	① だれもが必要な医療を受けられる ② 医療機関にはさまざまな役割がある ③ 医療サービスを上手に活用しよう ① 保健行政は健康づくりを支援する ② 私たちはいろいろな保健サービスを活用できる ① 多くの活動が、私たちの健康を支えている ② ヘルスプロモーションにもとづく活動と私たち	
	3	0			定期テスト③ 3/2～5