令和５年度　中学２年　シラバス

□科　目	保健体育（実技）
□授業時数 □教　材	２時間／週 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	予定時数	単　元・項　目	内　　容	備　　考
４月	5	○ 集団行動 ○ 陸上競技	・　四列横隊の作成，列の増減 ・　スタート練習 ・　短距離走（50m） ・　持久走	実技テスト①
５月	6	○ 体力テスト	・　握力 ・　長座体前屈 ・　立ち幅跳び ・　反復横跳び ・　上体起こし ・　50m走 ・　20mシャトルラン ・　ハンドボール投げ	
６月	8	○ バレーボール	・　バレーボールについてのガイダンス ・　一年次の復習 （オーバーハンドパス，アンダーハンドパス） ・　ボール慣れ（キャッチボール等） ・　対人パス ・　スパイク ・　サーブ	実技テスト②
７月	1		・　試合展開	

令和５年度　中学２年　シラバス

□授業計画	月	予定時数	単　元・項　目	内　　容	備　　考
	９月	7	○ 卓球	・ 卓球についてのガイダンス ・ フォアハンド，バックハンド つっつき ・ サーブ（下回転，横回転） ・ ゲーム展開（ダブルス，シングルス） ・ スパイク ・ サーブ	実技テスト③
	10月	7	○ マット運動	・ マット運動についてのガイダンス ・ １年次の復習 ・ バランス ・ 倒立前転 ・ 側転 ・ 後転倒立 ・ 各技を組み合わせて演技する	
	11月	8	○ ダンス （現代的なリズムのダンス）	・ ダンスについてのガイダンス ・ 一年次の復習 ・ リズム取り（アップ動作，ダウン動作） ・ エアロビクス	実技テスト④
	12月	1		・ 相撲体操	
	１月	6	○ 水泳	・ 水泳についてのガイダンス ・ スタート練習 ・ 50m自由形タイム測定 ・ ターン練習	
	２月	6		・ 平泳ぎ ・ キック，プル，コンビネーション ・ インターバルトレーニング	
	３月	1		・ リレー練習	実技テスト⑤

令和５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	新・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	予定時数	単　元・項　目	内　　容	備　　考
４月	2	【保健編】 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	1　傷害とその原因ん 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	
５月	3	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	1　安全な行動と危険予測 2　安全な環境づくり 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	
６月	4	6. 応急手当の意義と基本 実習 心肺蘇生法 実習　AED （自動体外除細動器） 実習 傷の手当	1　応急手当の意義 2　心肺蘇生法の基本 3　傷の手当の基本	実習を行う
７月	1			定期テスト②

令和５年度　中学２年　シラバス

□授業計画	月	予定時数	単　元・項　目	内　　容	備　　考
	9月	3	【体育編】 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　さまざまな違いを超える	
	10月	4	【保健編】 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 1　性感染症 2　性感染症の予防 3　エイズ 4　エイズの予防	
	11月	3	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	
	12月	1			定期テスト④
	１月	3	【保健編】 ６章　健康と環境 1. 環境の変化と適応能力 2. 活動に適した環境 3. 室内の空気の条件	1　体の適応能力 2　適応能力の限界 1　暑さ・寒さとその調節 2　明るさとその調節 1　二酸化炭素による影響 2　一酸化炭素による影響 3　換気の必要性	
	２月	4	5. 生活排水の処理 6. ごみの処理 7. 環境の汚染と保全	1　生活排水の衛生的な処理 2　し尿の処理 3　生活雑排水の処理 1　ごみの処理 2　循環型社会を目指して 1　環境汚染の健康への影響とその対策 2　近年の環境問題とその対策	
	３月	1			定期テスト⑤