

学年	中学2年	教科	保健体育科	科目	保健	単位数	1
教科書名	最新中学校保健体育			副教材名	最新中学保健体育ノート		
クラス・コース	中高一貫			担当者名			

## I. 目標

健康の保持増進を図るための基礎として、心身の機能は生活経験などの影響を受けながら年齢とともに発達することについて理解できるようにする。また、これらの発達のしかたとともに、心の健康を保持増進する方法についても理解できるようにする。人間の健康は、個人を取り巻く環境から深く影響を受けており、健康を保持増進するために、心身の健康に対する環境の影響について理解できるようにする。

## II. 授業のねらい

中学2年の保健の授業は「心身の機能の発達と心の健康」「健康と環境」をテーマに展開していく。「心身の機能の発達と心の健康」では、身体機能の発達について理解し、生殖にかかわる機能の成熟について・欲求やストレスの対処と心の健康を学習する。「健康と環境」では、身体的环境に対する適応能力や飲料水や空気の衛生的管理について理解する。生活に伴う廃棄物の衛生的管理について理解し、健康を維持することの難しさ、重要性を実感しながら普段の生活を送れるように授業を展開していく。

## III. 授業の進め方

単元ごとに参考資料やICT教材を使って、相互に意見を出しながら実際の生活に生かせるよう授業を進める。

## IV. 学習上の留意点

1. 板書またはスクリーンに投影されたパワーポイント資料は、ノートやプリントに書き写すこと。
2. 参考資料を配布した場合には、ノートに添付またはバインダーに閉じること。
3. 口頭だけの内容も試験に出題する場合があるため、メモなどを随時書き入れること。

## V. 定期試験

1. 学期ごとに定期考査を実施する。
2. 出題内容は、教科書、授業での板書や配布物（参考資料）から出題する。

## VI. 評価の方法

1. 評価は定期考査の結果と、授業の取り組み、ノートなどが評価対象になりうる。

VII. 授業計画

学期	月	単元・学習項目	評価方法	到達目標
一学期	4	<b>【保健①調和のとれた生活】</b>	ノート・授業への取り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康の成り立ちと疾病の発生要因、生活習慣と健康における事柄や情報などについて、保健に関わる原則や概念を基に整理したり、個人生活と関連付けたりして、自他の課題を発見し、課題解決に取り組んでいる。</li> </ul>
		1. 健康の成り立ち		
		2. 運動と健康		
	5	3. 食事と健康		
		4. 休養・睡眠と健康	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康の成り立ちと疾病の発生要因、生活習慣と健康について、習得した知識を自他の生活と比較したり、活用したりして、健康の保持増進する方法を考え、課題の解決方法とそれを選択した理由などを、他者と話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて伝え合える。</li> </ul>	
	6	<b>【保健②心身の発達と心の健康】</b>		
		1. 体の発育・発達		
	7	2. 呼吸器・循環器の発育・発達	1学期期末試験 ノート提出	<ul style="list-style-type: none"> <li>身体には、多くの器官が発育し、それに伴い、様々な機能が発育する時期があることを理解する。</li> <li>発育・発達の時期やその程度には、個人差があることを理解する。</li> <li>思春期には内分泌の働きによって、生殖にかかわる機能が成熟する時期があることを理解する。</li> <li>成熟に伴う変化に対応した適切な行動が必要なことを理解する。</li> </ul>
	3. 生殖にかかわる働きの成熟（1）			
	4. 生殖にかかわる働きの成熟（2）			
	9	<b>【保健②心身の発達と心の健康】</b>		
	5. 性への関心と行動			
10	6. 知的機能・情意機能の発達			
	7. 社会性の発達と自立			
11	8. 自己形成			
	9. 欲求とその充足			
12	10. 心と体のかかわりとストレス			
二学期				

		11. ストレスへの対処のしかた	2学期期末試験 ノート提出	・心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処する必要があることを理解できるようにする。
三 学 期	1	【保健③生活習慣の健康への影響】 1. 生活習慣病	ノート・授業への取り組み	・健康の成り立ちには主体と環境2つの要因があることを理解する。  ・運動が身体の発達をうながすだけでなく、精神的にもよい効果があることを理解する。
	2	2. 生活習慣病の予防 3. がんとその予防 4. 生活習慣病・がんの早期発見とその回復		
	3	5. 喫煙と健康 6. 飲酒と健康 7. 薬物乱用と健康 8. 喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけと対処	学年末試験 ノート提出	・若いときから食事・運動・休養および睡眠の調和のとれた生活を続け、生活習慣病にならないことが、大切であることを理解する。  ・未成年の喫煙・飲酒は、依存症になりやすいことを理解する。  ・薬物乱用は、個人の健康を害するだけでなく、社会にも深刻な悪影響を及ぼすことを理解する。

※ シラバスの内容については、理解度やその他の都合により変更することもあります。