

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	保健体育（大修館書店）			副教材名	中学保健体育ノート②		
クラス・コース	中学2年			担当者名	小川 竜太郎・古家 悠華		

## 1. 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。

## 2. 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。加えて、体育編の「運動やスポーツの魅力と学び方」「運動やスポーツの効果と安全」についても1学期中にふれ、体育実技における意義を理解したり、モチベーションを向上させたりする。

## 3. 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。

## 4. 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可能性があるため、メモなどを随時書き入れること。

## 5. 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。
  - 1学期 期末試験：運動やスポーツの魅力と学び方～運動やスポーツの安全なおこない方
  - 2学期 期末試験：体の発育・発達～ストレス対処と心の健康
  - 3学期 学年末試験：環境の変化への体の適応～私たちの生活と環境問題

## 6. 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。

7. 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	【1 運動やスポーツの魅力と学び方】	ノート・授業への取り組み  1学期期末試験 ノート提出	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動やスポーツの合理的な実践を通して、楽しさや喜びを味わい、それらを生涯にわたって豊かに実践できるように考察する。</li> <li>・運動やスポーツの必要性や、ライフステージに応じた運動やスポーツの多様な親しみ方や学び方について理解する。</li> </ul>
	5	1. 運動やスポーツの必要性和楽しさ		
	6	2. 運動やスポーツへのかかわり方		
	7	3. 運動やスポーツの学び方		
		【2 運動やスポーツの効果と安全】		
		4. 運動やスポーツの体への効果 5. 運動やスポーツの心への効果 6. 運動やスポーツの安全なおこない方  (期末試験)		
二学期	9	【1 心身の機能の発達と心の健康】	ノート・授業への取り組み  2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> <li>・知的機能、情意機能、社会性などの精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達することを理解する。</li> <li>・思春期においては、自己の認識が深まり、自己形成がなされることを理解する。</li> <li>・精神と身体は、相互に影響を与え、かかわり、欲求やストレスは、心身に影響を与えることを理解する。</li> <li>・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。</li> </ul>
	10	1. 体の発育・発達		
	11	2. 呼吸器・循環器の発育・発達		
	12	3. 生殖にかかわる働きの成熟		
		4. 性への関心と行動		
		5. 心の発達と社会性		
		6. 自己形成		
		7. 欲求と欲求不満		
		8. 心と体のかかわり		
	9. ストレス対処と心の健康  (期末試験)			

三 学 期	<p>1 2 3</p> <p><b>【2 健康と環境】</b></p> <p>1. 環境の変化への体の適応</p> <p>2. 快適で能率のよい環境</p> <p>3. 衛生的な飲料水の供給</p> <p>4. 空気の汚染と換気</p> <p>5. し尿とごみの処理</p> <p>6. 私たちの生活と環境問題</p> <p>(学年末試験)</p>	<p>ノート・授業への取り組み</p> <p>学年末試験 ノート提出</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること、身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあることを理解する。</li> <li>・快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があることを理解する。</li> <li>・飲料水や空気は、健康と密接な働きがあることを理解する。</li> <li>・飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があることを理解する。</li> <li>・人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解する。</li> </ul>
-------------	---	--	--

※ 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。