

学年	中学3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		
コース・クラス	中高一貫						

## I. 目標

体づくり運動、ダンスや野外活動などを含む広義のスポーツが、人々の生活や人生を豊かにするかけがえのない文化となっていること、また、そのような文化としてのスポーツが世界中に広まっていることによって、現代生活のなかで重要な役割を果たしていることなどについて理解できるようにする。

人間の健康は、主体と環境がかかわり合って成り立つこと、健康を保持増進し、疾病を予防するために、それにかかわる要因に対する適切な対策があることについて理解できるようにする。

## II. 授業のねらい

中学3年の保健の授業は「けがの防止」「健康な生活と病気の予防」をテーマに展開される。「けがの防止」では、適切な対策によってけがの多くは防止できること、また、応急手当はけがの悪化を防止することを学習する。「健康な生活と病気の予防」では、健康や病気の要因に関心を持ち、自分の生活を振り返ったりするなど学習活動に意欲的に取り組んだり、健康や病気の発生には1つの要因だけではなく、さまざまな要因が影響していることについて理解でき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すすめる。

## IV. 学習上の留意点

1. 板書はノートに書き写すこと。
2. 参考資料を配布した場合には、ノートに添付すること。
3. 口頭だけの内容も試験に出題する場合がありますので、メモなどを書き入れる工夫をすること。

## V. 定期試験

1. 学期ごとに定期試験を実施する。
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：生活を豊かにするスポーツ～心肺蘇生法
  - 2学期 期末試験：健康を左右するもの～感染症の予防
  - 3学期 学年末試験：性感染症の予防～個人の健康を守る社会の取り組み

## 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（クラッシーノートも含む）などを評価する。

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>体育編【3文化としてのスポーツ】</b> 1. 生活を豊かにするスポーツ 2. 国際的スポーツ大会の役割 3. 人びとを結ぶスポーツ	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>・スポーツは重要な文化的意義をもっていることを理解する。</li> <li>・メディアの発達によって、国際的なスポーツ大会の果たす役割が大きくなっていることを理解する。</li> <li>・日常生活で起こるけがの原因と防止策を理解する。</li> <li>・自然災害はけがだけでなく、生命を脅かすような被害をもたらすことを理解する。</li> <li>・その場に居あわせた人による応急手当の重要性を理解する。</li> <li>・応急手当の意義と、その手順や方法を身につける必要性について理解する。</li> <li>・心肺蘇生法の手順とやり方を理解する。</li> </ul>
	5	<b>保健編【3けがの防止】</b> 1. けがの予防と防止		
	6	2. 交通事故によるけがの防止		
		3. 犯罪被害の防止		
	7	4. 自然災害への備えと避難		
		5. 応急手当の基本		
	6	6. けがの応急手当		
7	7. 心肺蘇生法			
二学期	9	<b>保健編【4健康な生活と病気の予防】</b> 1. 健康を左右するもの	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>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・感染経路はさまざまであり現代では短期間に広がる危険を理解する。</li> </ul>
	10	2. 運動と健康		
	11	3. 食事と健康		
		4. 休養・睡眠と健康		
	12	5. 生活習慣病とその予防		
		6. 喫煙と健康		
	11	7. 飲酒と健康		
	12	8. 薬物乱用と健康		
	11	9. 感染症と病原体		
	12	10. 感染症の予防		

三 学 期	1	11. 性感染症の予防	ノート・授業への取 り組み	<ul style="list-style-type: none"> <li>・性感染症は予防が可能であることを理解する。</li> <li>・エイズも予防できることと、その予防法を理解する。</li> <li>・医薬品は自然治癒力を助ける働きを理解する。</li> <li>・地域には健康の保持増進、疾病予防の役割を担っているさまざまな機関があることを理解する。</li> </ul>
	2	12. エイズの予防		
	3	13. 医薬品の正しい使い方		
		14. 医療・保健機関とその利用		
		15. 個人の健康を守る社会の取り組み	学年末試験 ノート提出	

※ 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。