

教科名	科目名	単位数	学年・組
保健体育	保健体育	3	2年 全クラス

使用教科書	副教材
保健体育 (大修館書店)	健康手帳 (神奈川県学校保健連合会)

1. 学習の目標

<p>○自分の体力の実態を知り、仲間と協力し、進んで体力作りに取り組む姿勢を身につける。</p> <p>○運動のルールやマナーを身に付け、健康・安全に注意して運動に取り組むことができる。</p> <p>○心身の発達や心の健康について理解し、合理的に健康の保持増進に取り組む態度を身につける。</p>
---

2. 評価の観点

1. 関心・意欲・態度	2. 考え方・判断	3. 技能・表現	4. 知識・理解
進んで運動に親しみ、互いに協力しながら、公正な態度で授業に取り組むことができる。	自己の能力を知り、自分に適した課題や目標を考え、練習することができる。	各種目の基礎的な技能を身につけ、自己の能力に応じ高めることができる。	自己の能力や健康状態を知り、安全な行動について理解できる。

3. 学習計画および学習内容等

学期	月	単元・学習項目	学習計画および学習内容	評価方法
1	4	○体づくり運動 ・集団行動  ・新体力テスト	・整列、行進、方向転換、列の増減、人員点呼、ラジオ体操 ・握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、持久走、50m走、ハンドボール投げ	・行動観察、出席状況 ・実技試験、正確性、協調性 ・記録測定、前回値との比較 等
	5	○球技 ・卓球	・ストローク、サービス、スマッシュ、試合	・行動観察、出席状況 ・実技試験、基本技能の習得
	6	・タッチフット  ・Tボール	・パス、キック、簡易ゲーム、試合  ・キャッチボール、打撃、守備、試合	・ルール理解、試合での活躍 等
	7	○保健 ・健康と環境	1. 環境の変化への体の適応 2. 快適で能率のよい環境 3. 安全な飲料水の供給 4. 空気の汚染と換気 5. し尿とごみの処理	・定期試験 (期末) ・授業態度 ・提出物 (ノート) 等
2	9	○水泳 ・クロール  ・(平泳ぎ) ※習熟度に合わせて	・1年次の復習 (けのび、板キック、クロール) ・面かぶりクロール、クロール ・キック	・行動観察、出席状況 ・実技試験 ・姿勢、スムーズな動作の習得 等
	10	○ダンス  ○陸上競技 ・走り幅跳び	・ソーラン節 (リズムダンス、フォークダンス) ・課題ダンスの模倣  ・はさみとび (助走、踏み切り、空中動作、着地) ・記録会	・行動観察、出席状況 ・実技試験  ・行動観察、出席状況 ・実技試験、記録 等  ・ノート、行動観察、出席状況

2	11	○器械体操（選択制） ・マット・跳び箱	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年次の復習（飛び込み前転、背支持倒立、伸膝前転、伸膝後転）</li> <li>・開脚とび、かかえこみとび、台上前転、発展技等</li> <li>・発表会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実技試験、演技発表</li> <li>・基本技術の習得</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>
	12	・平均台  ○保健 ・傷害の防止	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歩行（前進、後進）、その場伸身跳び、かかえ込み跳びおり、ポーズ系、正ターン</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 傷害の原因と防止</li> <li>2. 交通事故による傷害の防止</li> <li>3. 自然災害への備えと避難</li> <li>4. 応急手当の基本</li> <li>5. けがの応急手当</li> <li>6. 心肺蘇生法</li> </ol>	<p>定期試験（期末）、小テスト</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・授業態度</li> <li>・提出物（ノート）</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>
3	1	○陸上競技 ・長距離走	<ul style="list-style-type: none"> <li>・グラウンド周回コース記録測定</li> <li>・マラソン大会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・行動観察、出席状況</li> <li>・記録、記録の向上</li> <li>・大会への参加、順位</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>
	2	○武道 ・剣道	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年次の復習（礼法、足さばき、素振り、空間打突（基本））</li> <li>・竹刀で受ける打ち込み（面、小手、胴）</li> <li>・竹刀で受ける約束稽古</li> <li>・防具の着脱</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・行動観察、出席状況</li> <li>・実技試験、基本技能習得</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>
	3	・柔道  ○体育理論 ・運動やスポーツの効果と安全	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年次の復習（礼法、受け身、横受け身、前回り受け身等）</li> <li>・寝技（袈裟固め、横四方固め、上四方固め）</li> <li>・体さばき</li> <li>・八方崩し</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 運動やスポーツの体への効果</li> <li>2. 運動やスポーツの心への効果</li> <li>3. 運動やスポーツの安全なおこない方</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・定期試験（学年末）、小テスト</li> <li>・授業態度</li> <li>・提出物（ノート）</li> </ul> <p style="text-align: right;">等</p>

※ 上記の内容は、進度によって変更される場合がある。