# 教科名　保健体育　第２学年　週３時間

## 学習目標

教科全般　明るく豊かな生活を営む態度を育てる

各単元　体育分野　（１）個人に応じた運動方法を見につけ、技能や体力を高め、生涯スポーツの基礎　を作ろう
（２）運動の楽しさを味わい、心身のバランスをとろう
（３）ルールやマナーを学び社会生活に活かし、生きる力を身につけよう

保健分野　健康・安全に関する理解を通して生涯を通じて自らの健康を管理し改善していくための能力を育てる

## 学習上の注意事項

体育分野　（１）自主的な活動（リーダー育成、班活動）
（２）実技の本の活用（ルール・ポイント確認）
（３）体力作り（補強運動、スポーツテストの結果参考）

保健分野　自分の健康についての意識を高め、よりよい社会生活実現のために知識を持って実践してみる。

## 使用教科書・教材

新中学校保健体育、図解中学体育（実技）、体力テストパーソナルデータ
中学校保体資料ノート（保健）

## 評価

| 評価の観点 | 評価の方法 |
|---|---|
| 運動や健康・安全についての知識・技能 | 定期テストの理解度、技能の到達度の評価、実技テスト、行動観察 |
| 運動や健康・安全についての思考・判断・表現 | 練習方法の工夫、定期テスト、学習カードの活用 |
| 運動や健康・安全への主体的に学習に取り組む態度 | 忘れ物、出欠席、見学、授業中の態度、行動観察 |

**学習計画**　２年保健体育

| 月 | 単元名 | 学習内容（教科書項目名） | 評　　価 |
|---|---|---|---|
| ４<br><br>５ | 体つくり運動<br><br>陸上競技<br>運動会練習 | ○体ほぐしの運動、集団行動、運動会種目<br>○新体力テスト、こまちゅう体操<br>○短距離走⇒スタート、バトンパス<br>○運動会種目 | ・体つくり運動の心地よさを味わうことができるように取り組もうとしている。<br>・自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 |
| | 保健 | ○傷害の発生要因、交通事故の発生要因、交通事故の危険予測と回避 | ・学習したことを書きだしたりしている。 |
| ６ | 球技 | ○ソフトボール⇒ルールを確認するための簡易ゲーム、キャッチボール、バッティング、ピッチング | ・基本的にバット操作と定位置での守備の動きができる。 |
| | 保健 | ○犯罪被害の防止、自然災害による危険 | ・学習したことを書きだしたりしている。 |
| ７<br>８<br>９ | 水泳 | ○クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ、メドレー | ・手と足、呼吸のバランスを保ち、速く泳いだりすることができる。 |
| | 保健 | ○自然災害による傷害の防止、応急手当の意義と心肺蘇生、共に生きる | ・学習したことを書きだしたりしている。 |
| ９<br>１０ | 球技 | ○バレーボール⇒三段攻撃、フローターサーブ、アタック、ブロック、ゲーム | ・安定したボール操作と連携した動きができる。 |
| １０<br><br>１１ | 陸上競技 | ○ハードル⇒正しい振り上げ足、抜き足<br>○走り幅跳び⇒はさみとび、そりとび | ・スピードに乗った助走から力強く踏み切って飛ぶことができる。 |
| | 保健 | ○けがの応急手当、生活習慣の予防 | ・学習したことを書きだしたりしている。 |
| １１ | 器械運動 | ○マット運動⇒前転、後転、開脚前転、開脚後転、倒立前転、ハンドスプリング、発展技、連続技、補助動作、課題設定と練習方法の工夫 | ・回転系や巧技系の技で演技するための、滑らかに安定した基本的な技ができる。 |
| | 保健 | ○がんの予防 | ・学習したことを書きだしたりしている。 |
| １２ | ダンス<br>武道 | ○現代的なリズムのダンス<br><br>○柔道⇒基本動作（立礼、座礼）、受け身、立ち技、固め技、寝技乱取り | ・リズムの特徴を捉え、リズムに乗って全身で踊るための動きができる。<br>・相手を崩して抑えたりするなどの攻防を展開するための技ができる。 |
| | 保健 | ○喫煙の害と健康 | ・学習したことを書きだしたりしている。 |
| １ | 球技 | ○バスケットボール⇒シュート、ディフェンス、スクリーンプレイ、ゲーム | ・ゴール前での攻防を展開するためのボール操作と空間を作り出す動きができる。 |
| | 保健 | ○飲酒の害と健康、薬物乱用の害と健康 | ・学習したことを書きだしたりしている。 |
| ２<br>３ | 球技<br>陸上競技 | ○サッカー⇒パスとドリブルを使ってシュートまでつなげる、戦術、ゲーム<br>○長距離走⇒走るフォーム、ラップ走 | ・ゴール前での攻防を展開するためのボール操作と空間を作り出す動きができる。<br>・ペースを維持して走ることができる。 |
| | 保健 | ○薬物乱用の社会への影響、喫煙・飲酒・薬物乱用の要因と適切な対処 | ・学習したことを書きだしたりしている。 |