

## 2019年度 シラバス

教科	体育	科目	体育	学年	2
				コース等	全コース
	使用教科書	『現代高等学校保健体育改訂版』大修館書店		履修単位数	S2・AB2・スポ5
学習目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動やスポーツの楽しみ、喜びを味わせながら心身の発達のために体力や技能を高めさせる。</li> <li>・健康の保持増進に努める態度を育成する。</li> <li>・生涯スポーツとして運動、スポーツに親しめるようにする。</li> </ul>			評価の観点	授業態度・出席状況・提出物・実技の取り組みなどを総合的に判断し、評価する。
<b>授 業 計 画</b>					
月	単元・教材	学 習 内 容			
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団行動の実施</li> <li>・体力テストの実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・集団で安全面に配慮しながら学習する態度を育成する。</li> <li>・自己の体力を理解する。</li> </ul>			
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり運動、体ほぐし運動、体力を高める運動の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の体力や生活に応じて、体ほぐしの行い方と体力の高め方を実践的に工夫することができるようにする。</li> </ul>			
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育理論</li> <li>運動、スポーツの学び方</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動やスポーツを生涯にわたって継続していくための基礎を築くために効率的な学び方を理解する。</li> </ul>			
7					
9					
9	男子種目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・創意工夫をして、総合的な技能を身につける。</li> </ul>			
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>・サッカー・フットサル・ソフトボール・ハンドボール</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・チームワークを大切にして積極的にゲームに参加する。</li> </ul>			
11	女子種目	<ul style="list-style-type: none"> <li>・互いにチーム内での存在意義を理解させ、技術向上に努める。</li> </ul>			
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テニス・ソフトテニス・バドミントン・卓球</li> <li>・バスケットボール・バレー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・細かいルール(反則等)を習得させ、試合運営に活用する。</li> </ul>			
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツ大会に向けた練習(リレー・縄跳びなど)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・実技演習として、専門性の高い学習活動と技能習得に努める。(年間15回～20回)</li> </ul>			
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・使用できる施設の関係で年間を通じて学年で種目を決めてローテーションで実施</li> </ul>				
3					
副教材					

## 2019年度 シラバス

教科	保健体育	科目	保健	学年	2
				コース等	全コース
	使用教科書	『現代高等学校保健体育改訂版』大修館書店		履修単位数	1
学習目標	健康状態に対する知識と能力を高める。 ・生活習慣病を理解し少しでも予防できるように健康レベルを高めさせる。 ・生涯を通じて個人が健康づくりに役立てるようにさせる。			評価の観点	2回の定期試験、授業態度・出席状況・提出物などを総合的に判断し、評価する。
<b>授 業 計 画</b>					
月	単元・教材	学 習 内 容			
4	現代社会と健康 1. 私たちの健康のすがた	1. わが国における健康水準の変化、わが国における健康問題の変化について理解する。 2. 健康についての多様な考え方、健康の成り立ちとその要因について理解する。 3. 意志決定・行動選択とそれに影響を与える要因、健康的な意志決定・行動選択を実現する工夫について理解する。 4. 健康づくりを支える環境、ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりについて理解する。 5. 生活習慣病について呼称の由来や病例を説明することができ、また、生活習慣病の予防について理解する。 6. 健康的な食生活の重要性と意義・健康的な食生活習慣の形成について理解する。 7. 健康からみた運動の意義、健康づくりのための運動習慣の形成について理解する。 8. 健康からみた休養・睡眠の意義、健康からみたよりよい休養・睡眠のとり方について理解する。 9. 喫煙の健康影響、喫煙開始の要因と依存性、喫煙に対する日本や世界の対策について理解する。 10. 飲酒による健康への短期的および長期的影響、飲酒の開始要因と社会問題、飲酒の健康被害を防ぐさまざまな対策について理解する。 11. 薬物乱用や薬物依存による健康への悪影響、薬物開始要因と社会問題、薬物乱用防止による健康被害を防ぐさまざまな対策について理解する。			
5	2. 健康のとらえ方 3. 健康と意志決定・行動選択				
6	4. 健康に関する環境づくり 5. 生活習慣病とその予防 6. 食事と健康				
7	7. 運動と健康 8. 休養・睡眠と健康				
8	9. 喫煙と健康 10. 飲酒と健康				
9	11. 薬物乱用と健康				
《第2回定期試験》					
9	12. 現代の感染症				
10	13. 感染症の予防 14. 性感染症・エイズとその予防				
11	15. 欲求と適応機制 16. 心身の相関とストレス				
12	17. ストレスへの対処 18. 心の健康と自己実現				
1	19. 交通事故の現状と要因 20. 交通社会における運転者の資質と責任				
2	21. 安全な交通社会づくり 22. 応急手当の意義とその基本				
《第4回定期試験》					
3					
副教材					