

授業計画

学年	区分	教科名	科目名	授業時間	対象
中学 1 年	必修	保健体育	保健	週 1 時間	中 1 全生徒
到達目標	<p>目的：生涯体育の土台をつくる (生涯を通じて健康・安全について学び続ける基礎を身につける) 「わかって できる 楽しい保健体育の授業」</p> <p>①明るく豊かな生活を営む態度を自ら育てる人になる ②生涯を見通し、地球規模（環境問題など）の視野に立って、健康問題の解決を展望できる“教養”を身につける ③保健体育の学力向上と、賢く強い女性の育成を目指す</p> <p>～基礎・基本を知り、正しく実践する～ (自分の身体と心を知る)</p>				
学習教材	<p>教科書：中学 保健体育 (学研) 副教材：自主作成プリント教材</p>				
クラス編成	<p>クラス単位</p>				
成績評価方法	<p>前期・後期の期末考査（授業時間内に実施） 教科書、配付資料などの忘れ物の有無 課題レポート グループワークなどでの参加態度</p> <p>以上を総合的に評価する</p>				

年間スケジュール

学期	学習内容	備考（指導方法など）
前期	○オンライン授業 「感染症とその予防」 「運動時の注意と応急手当」 「ウォーミング・アップとクーリング・ダウンとは？」 ○「からだのしくみ」 ・心身の発達と心の健康 筋・骨格 身体の発育、発達 呼吸器・循環器の発達	パワーポイントを使用したオンライン授業 （限定公開のYouTube） 自主作成プリント教材 グループワーク
	（前期中間試験 なし）	
	○性機能の成熟 思春期の身体の変化 排卵や月経・射精がおこるしくみ 性とどう向き合うか	自主作成プリント教材 ワークシートの活用
前期期末試験		

学期	学習内容	備考（指導方法など）
後期	「精神のしくみ」 ○心の発達 知的機能と情意機能の発達 社会性の発達 ストレスへの対処法	自主作成プリント教材 ワークシートの活用
	後期中間試験	
	「健康な生活と生活習慣」 ○健康な生活の営み 健康の成り立ち 運動と健康・食生活と健康 休養・睡眠と生活リズム 喫煙と健康・飲酒と健康 薬物乱用と健康	自主作成プリント教材 ワークシートの活用 グループワーク
後期期末試験		