

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)</p> <p>「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	教科書:『中学 保健体育』(学研) 副教材:自主作成プリント教材				
クラス編成	クラス単位				
成績評価方法	前期・後期の期末考査 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 以上を総合的に評価する				

年間スケジュール

学期	学習内容	備考(指導方法など)
前期	「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	自主作成プリント教材 グループワーク
	前期中間試験	
	○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	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」 ○こころの発達 欲求と自立、自律 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	
	「健康な身体と心とは(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 がん ○喫煙・飲酒・薬物乱用と健康	ワークシートの活用 グループワーク
後期期末試験		