

令和 6 年度草加市立青柳中学校第 1 学年保健体育科シラバス（体育分野）

○教科の学習目標

- ・各種目の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解し、基本的な技能を身に付けるようにする。
- ・運動や健康について、自他の課題を発見し、解決に向けて他者に伝える力、自ら進んで学び取る力を養う。
- ・生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

○評価の観点・資料・評定

- 【評価の観点】A・B・C
- ① 「知識・技能」
 - ② 「思考・判断・表現」
 - ③ 「主体的に学習に取り組む態度」
- 【評価の資料】
- ①個人的技能、集団的技能、定期テスト等
 - ②学習カード、話し合い活動、安全面の配慮等
 - ③出席状況（欠席数・見学数・遅刻数）、忘れ物、提出物、準備から片づけまで、意欲的・積極的に活動できているか、協力性等
- 【評定】5・4・3・2・1
- 観点別評価を総合して、学期ごとに5段階評定。
1年間を通して3学期に、5段階で学年評定。

○教科の学習の方法

- 「知識・技能」
- ▶種目や単元の基本的な個人的技能を高め、運動やゲームに生かすことができるようにする。
 - ▶チームや役割に応じた集団的技能を高め、運動やゲームに生かすことができるようにする。
 - ▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れるようにする。
 - ▶単元や種目のルールやマナーの知識を身につけ、練習やゲームに生かせるようにする。
 - ▶学習の計画、試合の運営の仕方の知識や審判法を身につけ、適切に実践できるようにする。
- 「思考・判断・表現」
- ▶課題達成（解決）に向けて、どう意識しているかを学習カードにわかるように記入する。
 - ▶自分の役割を考え、正しい判断のもと、責任をもって仕事や授業に取り組む。
 - ▶グループで話し合い活動を行う際、自分の考えを仲間伝えていく。
- 「主体的に学習に取り組む態度」
- ▶ルールやマナーを守りながら、用具の準備と片付けにも気を配り授業進行に貢献できる。
 - ▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れる。
 - ▶出席状況、忘れ物がない、提出物などの約束を守り、主体的に学習に取り組むことができる。

	学習内容	学習のねらい
一 学 期	1 体づくり運動 （体育祭・新体力テスト）	○体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法を理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができる。
	2 陸上競技 （短距離走・リレー）	○記録の向上、競争の楽しみや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解し、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる。
	3 水泳	○泳法を身に付け、効率的に泳ぐことができる。
	4 器械運動（マット）	○技がよりよくできることや自己に適した技で演技することができる。
二 学 期	5 陸上競技（走り幅跳び）	○助走スピードを生かして素早く踏み切り、より遠くへ跳んだり、競争したりできるようにする。
	6 球技Ⅰソフトボール	○基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防することができる。
	7 球技Ⅱバレーボール	○ボール操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができる。
	8 武道 柔道	○基本動作と基本となる技を確実に身に付け、それらを用いて、相手の動きの変化に対応した攻防を展開することができる。
三 学 期	9 ダンス	○イメージを捉えたり深めたりする表現、伝承されてきた踊り、リズムに乗って全身で踊ることや、踊りを通じた交流や発表ができるようにする。
	10 サッカー	○ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防することができる。

令和 6 年度草加市立青柳中学校第 1 学年保健体育科シラバス（保健分野）

○教科の学習目標

- ・個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けることができる。
- ・健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- ・生涯を通じて心身の健康保持増進を目指し、明るく豊かな生活態度を営む態度を養う。

○評価の観点・資料・評定

【評価の観点】A・B・C

- ① 「知識・技能」
- ② 「思考・判断・表現」
- ③ 「主体的に学習に取り組む態度」

【評価の資料】

- ① 定期テスト
- ② 学習カード、話し合い活動等
- ③ 出席状況（欠席数・遅刻数）、授業中の取り組み（忘れ物、提出物、挙手、発言）

【評定】5・4・3・2・1

観点別評価を総合して、学期ごとに5段階評定。
1年間を通して3学期に、5段階で学年評定。

○教科の学習の方法

○「知識・技能」

- ▶健康な生活と疾病の予防について理解を深められるようにする。
- ▶心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処方法を理解する。

○「思考・判断・表現」

- ▶健康な生活と疾病の予防について、心身の発達と心の健康について、それぞれの課題を発見し、その課題解決に向けて、自分の考えを学習カードに具体的に記入、考えを表現（発表）することができる。

○「主体的に学習に取り組む態度」

- ▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れる。
- ▶出席状況、忘れ物がない、提出物など授業の約束を守り、積極的に学習に取り組むことができる。

	学習内容	学習のねらい
一学期	1 健康の成り立ち	○健康は主体と環境の相互作用の下に成り立ち、疾病は主体の要因と環境の要因がかかわりあって発生することを理解する。 ○健康の保持増進には、年齢生活環境等に応じた食事、運動、休養、睡眠の調和のとれた生活を続けられることを理解する。
	2 運動と健康	
	3 食事と健康	
	4 休養と睡眠	
二学期	5 体の発育・発達	○思春期には、生殖機能が成熟すること、こうした変化に対応した適切な行動が必要になることを理解する。 ○精神機能は、生活経験などの影響を受けて発達すること、思春期には自己の認識が高まり自己形成がなされることを理解する。
	6 呼吸器・循環器の発育・発達	
	7 生殖にかかわる働き of 成熟	
	8 性への関心と行動	
	9 知的機能・情意機能の発達	
三学期	10 社会性の発達と自立	○心の健康を保つには、欲求やストレスに適切に対処すると共に、心身の調和を保つことが必要であること、また、心と体は密接に関係していることを理解する。
	11 自己形成	
	12 欲求とその充足	
	13 心と体のかかわりとストレス	
	14 ストレスへの対処の仕方	
	15 リラクセーションの方法	

令和 6 年度草加市立青柳中学校第 2 学年保健体育科シラバス（体育分野）

○教科の学習目標

- ・各種目の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解し、基本的な技能を身に付けるようにする。
- ・運動や健康について、自他の課題を発見し、解決に向けて他者に伝える力、自ら進んで学び取る力を養う。
- ・生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

○評価の観点・資料・評定

- 【評価の観点】A・B・C
- ④ 「知識・技能」
- ⑤ 「思考・判断・表現」
- ⑥ 「主体的に学習に取り組む態度」
- 【評価の資料】
- ①個人的技能、集団的技能、定期テスト等
- ②学習カード、話し合い活動、安全面の配慮等
- ③出席状況（欠席数・見学数・遅刻数）、忘れ物、提出物、準備から片づけまで、意欲的・積極的に活動できているか、協力性等
- 【評定】5・4・3・2・1
- 観点別評価を総合して、学期ごとに5段階評定。
- 1年間を通して3学期に、5段階で学年評定。

○教科の学習の方法

- 「知識・技能」
- ▶種目や単元の基本的な個人的技能を高め、運動やゲームに生かすことができるようにする。
 - ▶チームや役割に応じた集団的技能を高め、運動やゲームに生かすことができるようにする。
 - ▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れるようにする。
 - ▶単元や種目のルールやマナーの知識を身につけ、練習やゲームに生かせるようにする。
 - ▶学習の計画、試合の運営の仕方の知識や審判法を身につけ、適切に実践できるようにする。
- 「思考・判断・表現」
- ▶課題達成（解決）に向けて、どう意識しているかを学習カードにわかるように記入する。
 - ▶自分の役割を考え、正しい判断のもと、責任をもって仕事や授業に取り組む。
 - ▶授業内で話し合い活動を行う際、自分の考えを仲間に伝えている。
- 「主体的に学習に取り組む態度」
- ▶ルールやマナーを守りながら、用具の準備と片付けにも気を配り授業進行に貢献できる。
 - ▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れる。
 - ▶出席状況、忘れ物がない、提出物などの約束を守り、主体的に学習に取り組むことができる。

	学習内容	学習のねらい
一 学 期	1 体づくり運動 （体育祭・新体力テスト）	○体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法を理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができる。
	2 陸上競技 （短距離走・リレー）	○記録の向上、競争の楽しみや喜びを味わい、技術の名称や行い方などを理解し、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる。
	3 水泳	○泳法を身に付け、効率的に泳ぐことができる。
	4 器械運動（マット）	○技がよりよくできることや自己に適した技で演技することができる。
二 学 期	5 陸上競技 （走り高跳び）	○リズミカルな助走から力強く踏み切り、より高いバーを越えたり、競争したりできるようにする。
	6 球技Ⅰソフトボール	○基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防することができる。
	7 球技Ⅱハンドボール	○ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防することができる。
	8 ダンス	○基本動作と基本となる技を確実に身に付け、それらを用いて、相手の動きの変化に対応した攻防を展開することができる。
三 学 期	9 武道	○イメージを捉えたり深めたりする表現、伝承されてきた踊り、リズムに乗って全身で踊ることや、踊りを通じた交流や発表ができるようにする。
	10 バスケットボール	○ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防することができる。

令和 6 年度草加市立青柳中学校第 2 学年保健体育科シラバス（保健分野）

○教科の学習目標

- ・ 個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けることができる。
- ・ 健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- ・ 生涯を通じて心身の健康保持増進を目指し、明るく豊かな生活態度を営む態度を養う。

○評価の観点・資料・評定

- 【評価の観点】A・B・C
- ① 「知識・技能」
 - ② 「思考・判断・表現」
 - ③ 「主体的に学習に取り組む態度」
- 【評価の資料】
- ④ 定期テスト
 - ⑤ 学習カード、話し合い活動等
 - ⑥ 出席状況（欠席数・遅刻数）、授業中の取り組み（忘れ物、提出物、挙手、発言）意欲的・積極的に活動できているか等
- 【評定】5・4・3・2・1
- 観点別評価を総合して、学期ごとに5段階評定。1年間を通して3学期に、5段階で学年評定。

○教科の学習の方法

- 「知識・技能」
- ▶生活習慣病の健康への影響について理解を深められるようにする。
 - ▶けがの防止と応急手当について理解を深められるようにする。
- 「思考・判断・表現」
- ▶生活習慣病の健康への影響、けがの防止と応急手当について、よりよい生活を送る方法や危険の予測、その回避の仕方を考え、表現（発表）することができる。
- 「主体的に学習に取り組む態度」
- ▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れる。
 - ▶出席状況、忘れ物がない、提出物など総合的に授業の約束を守り、積極的に学習に取り組むことができる。

	学習内容	学習のねらい
一 学 期	1 けがの原因と防止	○交通事故による傷害は人的要因や環境要因などが関わって発生すること、また、傷害の多くは安全な行動、環境の改善によって防止できることを理解する。 ○自然災害による傷害は人的要因や環境要因などが関わって発生すること、また、傷害の多くは安全な行動、環境の改善によって防止できることを理解する。 ○応急手当を適切に行うことによって、傷害の悪化を防止することができることを実習を通して理解する。
	2 交通事故の実態と原因	
	3 交通事故の防止	
	4 自然災害によるけがの防止	
	5 応急手当の意義と基本	
	6 心肺蘇生法の流れ	
	7 心肺蘇生法（実習）	
二 学 期	8 生活習慣病	○生活習慣の健康への影響について学習し、喫煙・飲酒・薬物乱用を避けるための具体的な対処の仕方について理解する。
	9 生活習慣病の予防	
	10 がんとその予防	
	11 生活習慣病・がんの早期発見とその回復	
三 学 期	12 喫煙と健康	○生活習慣の健康への影響について学習し、喫煙・飲酒・薬物乱用を避けるための具体的な対処の仕方について理解する。
	13 飲酒と健康	
	14 薬物乱用と健康	
	15 喫煙・飲酒・薬物乱用のきっかけと対処	

令和 6 年度草加市立青柳中学校第 3 学年保健体育科シラバス（体育分野）

○教科の学習目標

- ・各種目の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解し、基本的な技能を身に付けるようにする。
- ・運動や健康について、自他の課題を発見し、解決に向けて他者に伝える力、自ら進んで学び取る力を養う。
- ・生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

○評価の観点・資料・評定

- 【評価の観点】A・B・C
- ⑦ 「知識・技能」
- ⑧ 「思考・判断・表現」
- ⑨ 「主体的に学習に取り組む態度」
- 【評価の資料】
- ①個人的技能、集団的技能、定期テスト等
- ②学習カード、話し合い活動、安全面の配慮等
- ③出席状況（欠席数・見学数・遅刻数）、忘れ物、提出物、準備から片づけまで、意欲的に活動できているか、協力性等
- 【評定】5・4・3・2・1
- 観点別評価を総合して、学期ごとに5段階評定。
- 1年間を通して3学期に、5段階で学年評定。

○教科の学習の方法

- 「知識・技能」
- ▶種目や単元の基本的な個人的技能を高め、運動やゲームに生かすことができるようにする。
 - ▶チームや役割に応じた集団的技能を高め、運動やゲームに生かすことができるようにする。
 - ▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れるようにする。
 - ▶単元や種目のルールやマナーの知識を身につけ、練習やゲームに生かせるようにする。
 - ▶学習の計画、試合の運営の仕方の知識や審判法を身につけ、適切に実践できるようにする。
- 「思考・判断・表現」
- ▶課題達成（解決）に向けて、どう意識しているかを学習カードにわかるように記入する。
 - ▶自分の役割を考え、正しい判断のもと、責任をもって仕事や授業に取り組む。
 - ▶場や用具などの安全に配慮できているか。
- 「主体的に学習に取り組む態度」
- ▶ルールやマナーを守りながら、用具の準備と片付け、活動時の声など、積極的・自主的に授業に取り組む。
 - ▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れる。
 - ▶出席状況、忘れ物がない、提出物など総合的に授業の約束を守り、協力してまじめに一生懸命全力で活動する。

	学習内容	学習のねらい
一学期	1 体づくり運動 (体育祭・新体力テスト)	○体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解し、健康の保持増進や体力向上を目指し、目的に適した運動の計画を立てて取り組むことができる。
	2 陸上競技・器械運動 (選択)	○各種目特有の技能を身に付けることができる。 ○自己に適した技で演技することができる。
	3 水泳・ダンス (選択)	○記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。 ○イメージを深めた表現や踊りを通じた交流や発表する。
二学期	5 球技Ⅰ・武道 (選択)	○易しい投球に対する安定したバット操作により出塁・進塁・得点する攻撃と仲間と連携した守備のバランスのとれた攻防を展開する。 ○基本動作や基本となる技を用いて攻防の展開をする。
	8 球技Ⅱ (選択) (バレーボール・サッカー)	○作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する。
三学期	9 球技Ⅱ (選択) (ハンドボール・サッカー)	○仲間と連携した動きによってゴール前に空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開できる。

令和 6 年度草加市立青柳中学校第 3 学年保健体育科シラバス（保健分野）

○教科の学習目標

- ・個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けることができる。
- ・健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- ・生涯を通じて心身の健康保持増進を目指し、明るく豊かな生活態度を営む態度を養う。

○評価の観点・資料・評定

【評価の観点】A・B・C

- ① 「知識・技能」
- ② 「思考・判断・表現」
- ③ 「主体的に学習に取り組む態度」

【評価の資料】

- ⑦ 定期テスト
- ⑧ 学習カード、話し合い活動等
- ⑨ 出席状況（欠席数・見学数・遅刻数）、授業中の取り組み（忘れ物、提出物、挙手、発言）意欲的・積極的に活動できているか等

【評定】5・4・3・2・1

観点別評価を総合して、学期ごとに5段階評定。
1年間を通して3学期に、5段階で学年評定。

○教科の学習の方法

○「知識・技能」

▶感染症の予防と健康を守る社会の仕組みと環境の健康への影響について理解を深められる。

○「思考・判断・表現」

▶感染症の予防と健康を守る社会の取り組み、環境の健康への影響それぞれの課題を発見し、その課題解決に向けて、自分の考えを学習カードに具体的に記入する。

▶快適な環境で生活していくために今後自分にできることやすべきことについて考え、表現（発表）している。

○「主体的に学習に取り組む態度」

▶授業の進め方、授業規律を理解し、安全で適切な行動が取れる。

▶出席状況、忘れ物が無い、提出物など総合的に授業の約束を守り、積極的に学習に取り組むことができる。

	学習内容	学習のねらい
一学期	1 感染症と病原体	○感染症は病原体が主な原因となって発生し、発生源をなくす感性経路を遮断する、主体の抵抗力を高めることで予防できることさせる。
	2 感染症と体の抵抗力	
	3 感染症の予防	
二学期	4 性感染症とその予防	○感染症は病原体が主な原因となって発生し、発生源をなくす感性経路を遮断する、主体の抵抗力を高めることで予防できることさせる。
	5 エイズとその予防	
	6 保健機関とその利用	
	7 医療機関とその利用	○個人と集団の健康は密接な関連があり、相互に影響し合うこと、健康を保持増進するためには保健医療機関を有効に利用することが大切であることを理解する。
	8 医薬品の正しい使い方	
三学期	9 環境の変化への体の適応	○身体には環境に対してある程度まで適応能力があること、適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすこと、快適で能率の良い生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があること等を理解する。 ○人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解する。
	10 気象情報の適切な利用	
	11 快適で能率の良い環境	
	12 室内の空気の汚染と換気	
	13 衛生的な飲料水の供給	
	14 し尿とごみの処理	
	15 私たちの生活と環境問題	