

保健体育科年間指導計画 第2学年【保健】 令和7年度更新

月	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4 1 0	<p>ア 健康な生活と疾病の予防について理解を深めること。</p> <p>(7) 生活習慣病などの予防</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動不足、食事の量や質の偏り、休養や睡眠の不足などの生活習慣の乱れが主な要因 ・適切な運動、食事、休養及び睡眠の調和のとれた生活の実践 <p>(エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康</p> <ul style="list-style-type: none"> ・心身に様々な影響 ・健康を損なう原因 ・個人の心理状態や人間関係、社会環境が影響 	<p>イ 健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現すること。</p>	<p>主体的に学習に取り組む態度</p> <p>生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かに生活を営む態度を養う</p>
1 0 3	<p>ア 傷害の防止について理解を深めるとともに、応急手当をすること。</p> <p>(7) 交通事故や自然災害などによる傷害は、人的要因や環境要因などが関わって発生すること</p> <p>(イ) 交通事故などによる傷害の防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ・安全な行動 ・環境の改善 <p>(ウ) 自然災害による傷害の防止</p> <ul style="list-style-type: none"> ・災害発生時と二次災害 ・災害に備えておくこと ・安全に避難すること <p>(エ) 応急手当</p> <ul style="list-style-type: none"> ・傷害の悪化の防止 ・心肺蘇生法などの応急手当の知識及び技能 	<p>イ 傷害の防止について、危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現すること。</p>	

【体育理論】

月	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
2 3	<p>○運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解すること。</p> <p>※ 運動やスポーツは、身体の発達やその機能の維持、体力の向上などの効果や自信の獲得、ストレスの解消などの心理的効果及びルールやマナーについて合意したり、適切な人間関係を築いたりするなどの社会性を高める効果が期待できること</p> <p>※ 運動やスポーツには、特有の技術があり、その学び方には、運動の課題を合理的に解決するための一定の方法があること</p> <p>※ 運動やスポーツを行う際は、その特性や目的、発達の段階や体調などを踏まえて運動を選ぶなど、健康・安全に留意する必要があること</p>	<p>運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、自己の課題を発見し、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</p>	<p>主体的に学習に取り組む態度</p> <p>・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての学習に積極的に取り組む</p>

教材や単元の特色、進捗状況によって変更となる場合があります。