保健体育科 担当教員：

使用教材：教科書（新しい保健体育）、副教材（中学体育実技・中学保健学習ノート）

【学習の目標と学習方法】

・各種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・安全について理解するとともに、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の自他の課題を発見し、合理的な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の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

・授業について

*ファイル、筆記用具が必要な場合は、事前に係から連絡します。保健の教科書、保健学習ノート、ファイル、中学体育実技はいつでも使用できるよう、教室のロッカーに入れておいてください。
*校庭で授業の際は運動靴を用意してください。
*単元によって、グループ学習・男女共習・男女別習・習熟度別学習等の授業形態でおこないます。
*準備や片づけは、学年全員で協力して行います。

・生徒のみなさんへ

*ルールやマナーを理解し、安全に留意しましょう。
*仲間と教え合い、学び合い、認め合いながら積極的に授業に取り組みましょう。
*苦手なことからも逃げずに、粘り強く挑戦し、努力しましょう。

・家庭学習について

*定期的にストレッチ、補強運動、縄跳び等、家庭でトレーニングを行いましょう。
*メディア等を活用し、様々なスポーツに興味・関心をもち、ルールや運動の方法などを調べてみましょう。

・試験前はこのように取り組もう

*授業で学んだことを教科書、副読本等で確認しましょう。
*レポートや学習カードの復習をしましょう。
*疑問に思うことは早めに先生に確認をし、解決しましょう。
*試験前だけでなく、毎回の授業を真剣に取り組みましょう。

1・2年	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価観点	【体育分野】各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、伝統的な考え方、各領域に関連して高まる体力、健康・安全の留意点についての具体的な方法及び運動やスポーツの多様性、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考え方を理解しているとともに、各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。 【保健分野】健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人生活を中心として科学的に理解しているとともに、基本的な技能を身に付けている。	【体育分野】運動を豊かに実践するための自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 【保健分野】健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して科学的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	【体育分野】運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任、共生などに対する意欲をもち、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。 【保健分野】健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとしている。
主な評価資料	・授業観察 ・記録測定 ・定期考査 ・学習カード ・技能テスト	・授業観察 ・発表 ・定期考査 ・表現活動 ・学習カード ・論述やレポート ・グループでの話し合い活動	・授業観察 ・定期考査 ・提出物 ・参加状況（出欠・忘れ物） ・学習カードやレポート等の記述

学期	1学期	2学期	3学期	総計
月	4月（週1〜3）、5月（週4〜7）、6月（週8〜11）、7月（週12〜14）	8.9月（週15〜19）、10月（週20〜23）、11月（週24〜27）、12月（週28〜30）	1月（週31〜33）、2月（週34〜37）、3月（週38〜40）	

1年

段	単元（授業順）
1・2	体つくり運動4 / 陸上競技 12（短距離走・走り幅跳び） / 体つくり運動4（体力テスト） / 水泳 12（クロール・平泳ぎ） / 球技 14（バレーボール 7・ティーボール 7） / 陸上競技 / 器械運動 8（マット運動） / 武道6 / バドミントン6 / ダンス4 / 球技8 サッカー・バスケ
3	体育理論3 / 運動会練習3 / 保健 5 / 保健 5 / 長距離走5 / 保健6

実技	体育理論	保健
86	3	16

2年

段	単元（授業順）
1・2	体つくり運動4 / 陸上競技 12（ハードル走・走り高跳び） / 体つくり運動4（体力テスト） / 水泳 10（背泳ぎ） / 球技 12（バレーボール6・ティーボール6） / 器械運動 10（跳び箱運動・平均台運動） / 陸上競技5（長距離走） / 球技10（バスケ5・サッカー5） / 柔道・ダンス 12 / 球技4 卓球・バドミントン
3	体育理論3 / 運動会練習3 / 保健 5 / 保健 5 / 保健 6

実技	体育理論	保健
86	3	16

3年

段	単元（授業順）
1・2	体つくり運動 4 / 陸上競技選択 10（走り幅跳び・走り高跳び／メディシンボール投げ・長距離走） / 体つくり運動4（体力テスト） / 水泳 12 バタフライ・メドレー / 球技選択 10 バレーボール/ティーボール / 器械運動8（マット・平均台） / 陸上競技5（長距離走） / 武道/ダンス選択7 / ゴール型球技選択 12 サッカー・バスケットボール / ネット型 球技選択 10
3	体育理論3 / 運動会練習4 / 保健 4 / 保健 6 / 保健3 / 保健 3

実技	体育理論	保健
86	3	16