

令和5年度 [1]年[保健体育]科 年間学習計画

鈴鹿市立白子中学校

目 標	運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図る。		
観 点 別 目 標	① 運動や健康についての知識・技能	② 運動や健康についての思考・判断・表現	③ 主体的に学習に取り組む態度
	各種の運動の特性に応じた技能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つけることができる。	運動や健康について、自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて考え判断すると共に、他者に伝えることができる。	運動の楽しさや喜びを味わうために自主的に取り組むことができる。また、健康を大切にし、自他の健康についての学習に自主的に取り組むことができる。

学期	月	学 習 内 容	学 習 の ね ら い
一 学 期	4月	○集団行動 ○ラジオ体操準備運動	・規律を守り集団で行動できるようにする。 ・準備運動の必要性と方法を学び、けが・事故の予防に役立てる。
	5月	○新体力テスト ○体づくり運動	・個々の体力・能力を知り役立てるようにする。
	6月	○体育理論 ○スポーツの多様性	・自己の体に関心を持ち、体ほぐしをしたり、体力を高めたりする。 ・運動やスポーツが多様であることを理解する。
	7月	○球技	・それぞれの種目の特性に触れ、基本的な技能や知識を身につけ、 ・自他の安全を考え練習やゲームを楽しむことができるようにする。
二 学 期	9月	○陸上競技	・課題をもって運動を行い、技能を高め、技ができるように努力する。
	10月	○器械運動	・基本的な技ができるように努力する。
	11月	○武道 ○健康の成り立ちと疾病の発生要因	・礼法を身につけ、安全に基本動作を正しく行えるようにする。 ・心身の機能の発達について理解する。
	12月	○持久走	・自分に合った記録やペースで完走できるようにする。
三 学 期	1月	○持久走	・自分に合った記録やペースで完走できるようにする。
	2月	○球技	・自他の安全を考え、練習やゲームを楽しむことができるようにする。
	3月	○生活習慣と健康	・心の健康について理解する。

評価の方法	<p>① 授業中の活動観察、実技テスト、記録会、試合、練習による記録や技能の伸びや、学習カード、期末テストなどで評価を行う。(知識・技能)</p> <p>② レポートやプリントの提出物、授業中自分で考え、工夫し、仲間に伝えられているかななどで評価を行う。(思考・判断・表現)</p> <p>③ 授業への自主的な取り組み態度(見学・服装・説明を聞く態度・準備・片づけ・活動状況・役割分担・学習カード・練習やゲームへの意欲等)を観察して評価を行う。(態度)</p>
-------	--

令和5年度 [2]年[保健体育]科 年間学習計画

鈴鹿市立白子中学校

目 標	運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図る。		
観 点 別 目 標	④ 運動や健康についての知識・技能	⑤ 運動や健康についての思考・判断・表現	⑥ 主体的に学習に取り組む態度
	各種の運動の特性に応じた技能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つけることができる。	運動や健康について、自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて考え判断すると共に、他者に伝えることができる。	運動の楽しさや喜びを味わうために自主的に取り組むことができる。また、健康を大切にし、自他の健康についての学習に自主的に取り組むことができる。

学期	月	学 習 内 容	学 習 の ね ら い
一 学 期	4月	○集団行動	・規律を守り集団で行動できるようにする。
	5月	○ラジオ体操準備運動	・準備運動の必要性と方法を学び、けが・事故の予防に役立てる。
	6月	○新体力テスト ○体づくり運動	・個々の体力・能力を知り役立てるようにする。
	7月	○体育理論 ○スポーツの意義や効果 と学び方や安全な行い方 ○球技	・自己の体に関心を持ち、体ほぐしをしたり、体力を高めたりする。 ・運動やスポーツの意義や効果について理解する。 ・スポーツが心身や社会に与える効果や安全な行い方について理解する。
二 学 期	9月	○陸上競技	・課題をもって運動を行い、技能を高め、技ができるように努力する。
	10月	○器械運動	・チームや自己の能力に適した課題をもって運動し、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。
	11月	○球技 ○剣道	・課題をもって運動を行い、技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。
	12月	○健康な生活と病気の予防 ○持久走	・生活習慣病など健康に関わる事象について理解を深める。 ・自分に合った記録やペースで完走できるようにする。
三 学 期	1月	○持久走	・自分に合った記録やペースで完走できるようにする。
	2月	○ダンス	・リズムに合わせて、楽しんで踊ることができるようにする。
	3月	○傷害の防止	・傷害の防止について理解する。

評価の方法	<p>① 授業中の活動観察、実技テスト、記録会、試合、練習による記録や技能の伸びや、学習カード、期末テストなどで評価を行う。(知識・技能)</p> <p>② レポートやプリントの提出物、授業中自分で考え、工夫し、仲間に伝えられているかなどで評価を行う。(思考・判断・表現)</p> <p>③ 授業への自主的な取り組み態度(見学・服装・説明を聞く態度・準備・片づけ・活動状況・役割分担・学習カード・練習やゲームへの意欲等)を観察して評価を行う。(態度)</p>
-------	---

令和5年度 [3]年[保健体育]科 年間学習計画

鈴鹿市立白子中学校

目 標	運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図る。		
観 点 別 目 標	⑦ 運動や健康についての知識・技能	⑧ 運動や健康についての思考・判断・表現	⑨ 主体的に学習に取り組む態度
	各種の運動の特性に応じた技能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つけることができる。	運動や健康について、自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて考え判断すると共に、他者に伝えることができる。	運動の楽しさや喜びを味わうために自主的に取り組むことができる。また、健康を大切にし、自他の健康についての学習に自主的に取り組むことができる。

学期	月	学 習 内 容	学 習 の ね ら い
一 学 期	4月	○集団行動	<ul style="list-style-type: none"> ・規律を守り集団で素早い行動の仕方ができるようにする。 ・準備運動の必要性と方法を学び、けが・事故の予防に役立てる。 ・個々の体力・能力を知り個々の体力向上に役立てるようにする。 ・自己の体に関心を持ち、体ほぐしをしたり、体力を高めたりする。 ・チームや自己の能力に適した課題をもって練習を工夫し、役割を自覚し責任を果たし、作戦を生かしたゲームができるようにする。
	5月	○ラジオ体操準備運動	
	6月	○新体力テスト	
	7月	○体づくり運動	
二 学 期	9月	○球技	<ul style="list-style-type: none"> ・チームや自己の能力に適した課題をもって練習を工夫し、役割を自覚し責任を果たし、作戦を生かしたゲームができるようにする。 ・リズムに合わせて、楽しんで踊ることができるようにする。 ・お互い励まし合いながら練習を工夫し、自分に合った記録やペースで完走できるようにする。 ・健康な生活についての理解を深める。
	10月	○ダンス	
	11月	○持久走	
	12月	○健康な生活	
三 学 期	1月	○球技	<ul style="list-style-type: none"> ・チームや自己の能力に適した課題をもって練習を工夫し、役割を自覚し責任を果たし、作戦を生かしたゲームができるようにする。 ・疾病の防止についての理解を深める。 ・文化としてのスポーツの意義について理解する。
	2月	○病気の予防	
	3月	○体育理論	

評価の方法	<ul style="list-style-type: none"> ① 授業中の活動観察、実技テスト、記録会、試合、練習による記録や技能の伸びや、学習カード、期末テストなどで評価を行う。(知識・技能) ② レポートやプリントの提出物、授業中自分で考え、工夫し、仲間に伝えられているかななどで評価を行う。(思考・判断・表現) ③ 授業への自主的な取り組み態度(見学・服装・説明を聞く態度・準備・片づけ・活動状況・役割分担・学習カード・練習やゲームへの意欲等)を観察して評価を行う。(態度)
-------	---

学習のしかた

《 授業中 》

- ◆グラウンド、体育館に開始時間までに集合して整列しよう。
- ◆健康、安全に留意しよう。手洗い、うがいをを行い、器具を正しく使おう。
- ◆協力しよう。
グループ活動や準備、片付け、練習、ゲームなどを通して仲間と協力して行動する態度を身につけよう。
- ◆ルールを守ろう。(ゲームや観戦の態度を守り、集団の一員であることを認識しよう。)

《 家庭学習 》

- ◆風邪をひかないようにしよう。手洗い、うがいをきちんに行う。
- ◆スポーツに興味をもつために、様々なスポーツを観戦しよう。
実際に観戦に行ったり、テレビ中継を見たりして、スポーツに興味をもとう。

《 テスト勉強 》

- (体育分野);授業で教わったことを思い返しなが、ワークを自分で実践して確認しよう。
- (保健分野);授業で教わったことを思い返しなが、教科書やワークなどを使って復習しよう。