

教科名	保健体育科	週時間数	3時間	学年	3年
使用教科書 及び 副教材等	中学保健体育(学研) 中学体育実技2021(学研)				
学習のねらい	・生涯にわたって使い続ける身体をよりよく発達させる基礎を築かせる。 ・自分の体力を知り、よりよく発達させるために必要な運動を理解させる。 ・「運動」「睡眠」「食事(栄養)」がしっかりと取れた生活リズムを確立を目指す。				
目指す姿	支え合う	○グループ活動を通して、仲間と関わり合い、自分の意見を伝えたり、他者の考えを受け入れ認めたりすることができる姿。 ○単元ごとの活動を通して課題を設定し、すでに習った知識や身につけた技能をもとに、また、仲間からの意見をふまえて、計画を立てたり、実践しようとする姿。			
	高め合う	○グループ活動を通して見つけた課題から共通の課題を見つけ、自分なりの考えを持ちながら考えを深め合うことができる姿。 ○課題を解決するための計画・実践や、話し合い活動、実習などを通して、自分の考えを見直したり、仲間からの意見をふまえて、新たな考えをもつことができる姿。			
学習の進め方	<b>【学習への取り組む姿勢】</b> ○体育係の指示にて準備運動(ランニング・ラジオ体操・補強運動)を毎時間行いましょう。 ○各種運動(スポーツ)のルールや練習の仕方を学びましょう。 ○自分の体力に対する関心を高め、よりよく身体を発達させるように努力しましょう。 ○友達とともに授業を進めていくことで、お互いの良さに気づき高めあいましょう。 ○授業で取り組んできたことを「レポート」に記述し、振り返りましょう。 <b>【家庭学習】</b> ○食生活に対する関心を高め、実践することに心がけましょう。 ○毎日規則正しい生活リズムで過ごすことを心がけましょう。 ○メディアなどを通じて、スポーツに関する知識や興味、関心を身につけましょう。 <b>【端末の活用】</b> ○動画撮影を活用し、自己や仲間の課題を見つけましょう。 ○教科のクラスルームを活用します。				
定期テスト	出題方針	授業で取り組んだ事柄を理解し、覚えているかを確認します。 (新中学保健体育・図解中学体育・学習の達成・プリントから出題します) スポーツや運動に興味、関心を持つことができるように、時事的な内容を出題します。			
	範囲 (予定)	1学期中間	実施しません。		
		1学期期末	体づくり運動、新体力テスト、集団行動、卓球、ハンドボール		
		2学期中間	実施しません。		
		2学期期末	陸上競技、中球技、バドミントン、長距離走		
		学年末	保健、1・2学期までの実技の内容		
評価方法	観点	評価の方法		評価について	
	知識・技能	実技テスト 定期テスト レポート 観察		運動の中心的面白さを味わうための技能を理解して活動し、身につけている。 各種目のルール等の知識や、保健に関する知識が身につけている。	
	思考・判断・表現	レポート 観察		自己の能力に適した運動課題の解決や、安全な活動を常に心がけているかを理解し表現できている。	
	主体的に学習に取り組む態度	レポート 観察		粘り強く何度も挑戦し、運動の中心的面白さを感じとろうとしているか、健康の保持増進に関心を持ち生活の中にかかそうとしている。	