

教科名	保健体育	週時間数	3時間	学年	3年
使用教科書 副教材等	・教科書 「新中学保健体育」学研 ・副教材 「中学体育実技」学研教育みらい 「保健学習ノート」正進社				

教科のねらい	・運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようになる。そのため、運動・体力の必要性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。 ・運動についての自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。 ・運動における競争や協働の経験を通して公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てる。健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。		
授業の進め方	・集合整列する。 ・出席確認, 健康チェック, 先生から今日の課題を聞く。 ・準備運動をする。(ラジオ体操・体力を高める運動) ・本時の運動を行う。 (自ら進んで取り組み, 考え・工夫しお互い協力して練習や試合, 記録計測をする) ・本時間の反省, 健康チェック, 次回の確認。		
定期考査	出題方針	授業中に説明したことや教科書, 副教材から出題する。	
	範囲 (予定)	1学期中間	
		1学期期末	1学期のまとめ
		2学期中間	
		2学期期末	2学期のまとめ
		学年末	1年間の総まとめ
	知識・技能	・定期テスト ・各種目実技テスト ・小テスト	
	思考力・判断力・表現力	・学習カードの内容 ・レポートなどで、単元で学んだことを表現する力 ・保健学習ノート	
主体的に学習に取り組む態度	・自ら進んで運動に取り組む姿勢 ・自らの課題を把握し、練習方法を工夫する姿勢 ・保健学習ノート		
学習方法 (先生からの アドバイス等)	・自分の能力を精一杯発揮する。学習方法を工夫し, 粘り強く取り組む。 ・日頃から健康管理に努め, 欠席・見学を少なくする。 ・指示をよく聞いて仲間と協力して活動(準備, 片づけ, 練習など)し, まわりの安全を考えて取り組む。 ・効果的で安全な活動をするため, 基礎的な事柄(服装や身なりを整える, 運動種目の規則を守るなど)に注意し取り組む。		

学期	月	単元	学習内容	学習のポイント
1	4	体づくり運動	・体ほぐし、体力を高める運動、ラジオ体操 ・集団行動 ・新体力テスト	・集団行動を習得し、集団行動の意義や必要性を理解する。 ・準備体操を正しく行い、筋肉や循環器系の発達を理解する。
	5	体育理論	・文化としてのスポーツの意義	・文化としてのスポーツの意義と役割について理解する。
	6	陸上競技	・リレー ・選択種目	・自らの課題を把握し、課題克服に向け粘り強く学習に取り組むこと。
	7	球技	・ネット型球技 ・ベースボール型球技	・自らの課題克服のために練習方法を工夫したり、仲間と協力したりする。
2	9	器械運動	・マット・跳び箱運動(選択)	・仲間と協力し、自らの技能を向上させるため粘り強く取り組むことができる。
	10	陸上競技	・長距離走	・自己の持久力を高める。
	11	球技	・ゴール型球技(選択)	・自らの課題克服のために練習方法を工夫したり、仲間と協力したりする。
	12			
3	1	球技	・ネット型球技(選択) ・ゴール型球技(選択)	・自らの課題克服のために練習方法を工夫したり、仲間と協力したりする。
	2			
	3			
1	5	健康な生活と病気の予防③	・性感染症とその予防1 ・性感染症とその予防2	・学習した内容を自らの生活と関連付けて生活の改善につなげる。
	6			・学習した内容を自らだけでなく、他者へ伝達することができる。
	7			
2	9	健康な生活と病気の予防③	・健康を守る社会の取り組み ・医薬機関の利用と医薬品の使用	・学習した内容を自らの生活と関連付けて生活の改善につなげる。
	10			・学習した内容を自らだけでなく、他者へ伝達することができる。
	11			
	12			
3	1	健康と環境	・環境の変化と適応能力 ・活動に適した環境 ・室内の空気の状態 ・水の役割と飲料水の確保 ・生活排水の処理 ・ごみの処理 ・環境の汚染と保全	・学習した内容を自らの生活と関連付けて生活の改善につなげる。
	2			・学習した内容を自らだけでなく、他者へ伝達することができる。
	3			