

# 第1学年 保健体育

## 学習教材および学習の進め方

<p>使用教材</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教科書 新中学保健体育（学研）</li> <li>・副教材 中学体育実技（三蚩）</li> <li>・学習の達成（三蚩）</li> </ul>	<p>持ち物</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ファイル</li> <li>・筆記用具</li> <li>・体育館シューズ</li> </ul>
<p>学習の進め方</p>	<p>&lt;確かな学力を身につけるには&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・出席順で1番が列の基準になり、体育委員が号令をかけて整列させる。体育係が中心となり、授業の準備をおこなう。</li> <li>・まず、授業を進めるにあたって必要なこと（準備・片付け、初歩的なルールなど）を覚える。基本的なこと（動作や技術、戦術など）を練習する。さらに先生や友だちのアドバイスを参考にしながら、自分（たち）の課題（目標）を解決していくために、自ら進んで取り組み、考え・工夫したりしながら協力して練習や試合、記録計測をしていく。</li> <li>・全体の動きに機敏性を持たせる為に集団行動の徹底をはかる。</li> <li>・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって運動能力を高める。</li> <li>・忘れ物をなくし見学でもジャージに着替える。</li> <li>・先生の指示をよく守り安全に留意して運動できる。</li> <li>・「する」「見る」「支える」「知る」の視点で学習に取り組ませる。</li> </ul> <p>&lt;定期テストでは&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・定期テストを実施することにより、保健分野と体育理論の定着をはかる</li> </ul>		
<p>学習上の注意</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の能力を精一杯発揮し、最後まで粘り強く取り組む。</li> <li>・日頃から健康管理に努め、欠席・見学をしない。</li> <li>・指示をよく聞いて仲間と協力して活動（準備、片付け、練習など）し、周りの安全を考えて取り組む。</li> <li>・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、運動種目の規則を守るなど）に注意して取り組む。</li> <li>・体操服：夏服期間は半そで、ハーフパンツを着用する。 見学者にはウインドブレーカーの着用を認める。 *体調不良等、特別な理由がある場合は、マイプラやメモで連絡する。</li> <li>・保健体育の教科書・図解体育・ファイルは教室のロッカーにまとめておき、いつでも使えるようにする。</li> </ul>		

## 学習内容および評価規準

学習計画				評価にあたって		
				評価の観点		
				評価の方法		
一 学 期	4	集団行動 ラジオ体操 体育祭練習	期 末	知 識 ・ 技 能	【体育分野】 ○知識 ・運動の技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、安全の確保の仕方について、言ったり、書き出したりしている。	実技テスト 定期テスト 学習カード
	5	集団行動 新体力テスト			○技能 ・運動の特性に応じた基本的な技術や応用した技能ができる。	
	6	陸上競技（短距離走・リレー）			【保健分野】 ○知識 ・授業を通して、個人生活を中心として科学的に理解したことを言ったり、書き出したりしている。	
	7	球技（バレー） 水泳（座学） 保健分野				
二 学 期	9	器械運動（マット運動）	期 末	思 考 ・ 判 断 ・ 表 現	【体育分野】 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えを他者に伝えている。	参加状況 授業の取り組み方 学習カード 定期テスト
	10	球技（テニスボール）			【保健分野】 ・授業を通して、個人生活における健康に関する課題を発見している。	
	11	武道（剣道）				
	12	陸上競技（持久走） 保健分野 体育理論				
三 学 期	1	球技（サッカー、 バドミントン）	学 年 末	主 体 的 に 学 習 に 取 り 組 む 態 度	【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。	参加状況 授業の取り組み方 ラジオ体操 学習カード 提出物 発表
	2				【保健分野】 ・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。	
	3	保健分野 体育理論				

## 第2学年 保健体育

### 学習教材および学習の進め方

使用教材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教科書 新中学保健体育（学研）</li> <li>・副教材 中学体育実技（三蚩）</li> <li>・学習のプリント（新学舎）</li> </ul>	持ち物	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ファイル</li> <li>・筆記用具</li> <li>・体育館シューズ</li> </ul>
学習の進め方	<p>&lt;確かな学力を身につけるには&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・出席順で1番が列の基準になり、体育委員が号令をかけて整列させる。体育係が中心となり、授業の準備をおこなう。</li> <li>・まず、授業を進めるにあたって必要なこと（準備・片付け、初歩的なルールなど）を覚える。基本的なこと（動作や技術、戦術など）を練習する。さらに先生や友だちのアドバイスを参考にしながら、自分（たち）の課題（目標）を解決していくために、自ら進んで取り組み、考え・工夫したりしながら協力して練習や試合、記録計測をしていく。</li> <li>・全体の動きに機敏性を持たせる為に集団行動の徹底をはかる。</li> <li>・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって運動能力を高める。</li> <li>・忘れ物をなくし見学でもジャージに着替えさせる。</li> <li>・先生の指示をよく守り安全に留意して運動できる。</li> </ul> <p>&lt;定期テストでは&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・定期テストを実施することにより、保健分野と体育理論の定着をはかる。</li> </ul>		
学習上の注意	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の能力を精一杯発揮し、最後まで粘り強く取り組む。</li> <li>・日頃から健康管理に努め、欠席・見学をしない。</li> <li>・指示をよく聞いて仲間と協力して活動（準備、片付け、練習など）し、周りの安全を考えて取り組む。</li> <li>・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、運動種目の規則を守るなど）に注意して取り組む。</li> <li>・体操服：夏服期間は半そで、ハーフパンツを着用する。 見学者にはウインドブレーカーの着用を認める。 *体調不良等、特別な理由がある場合は、マイプラやメモで連絡する。</li> <li>・保健体育の教科書・図解体育・ファイルは教室のロッカーにまとめておき、いつでも使えるようにする。</li> </ul>		

## 学習内容および評価規準

学習計画				評価にあたって		
	月	単 元 計 画		評 価 の 観 点		評価の方法
一 学 期	4	体づくり運動 集団行動 ラジオ体操 体育祭練習	期 末	知識・ 技能	【体育分野】 ○知識 ・運動の技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、安全の確保の仕方について、言ったり、書き出したりしている。 ○技能 ・運動の特性に応じた基本的な技術や応用した技能ができる。	実技テスト 定期テスト 学習カード
	5	新体力テスト			【保健分野】 ○知識 ・授業を通して、個人生活を中心として科学的に理解したことを言ったり、書き出したりしている。	
	6	陸上競技（ハードル・高跳び） 器械体操（跳び箱）				
	7	水泳（座学） 保健分野				
二 学 期	9	球技（ティーパー ル、バスケットボ ール）	期 末	思考・ 判断・ 表現	【体育分野】 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えを他者に伝えている。	参加状況 授業の組み 方 学習カード 定期テスト
	10				【保健分野】 ・授業を通して、個人生活における健康に関する課題を発見している。	
	11	武道（剣道）			・健康に関する課題の解決を目指して科学的に思考し判断したことを他者に伝えている。	
	12	陸上競技（持久走） 球技（バドミント ン、ハンドボール）  保健分野 体育理論				
三 学 期	1	球技（サッカー、 卓球）	学 年 末	主 体的 に 学 習 に 取 り 組 む 態 度	【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。	参加状況 授業の組み 方 ラジオ体操 学習カード 提出物 発表
	2				【保健分野】 ・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。	
	3	ダンス  保健分野 体育理論				

# 第3学年 保健体育

## 学習教材および学習の進め方

<p>使用教材</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教科書 新中学保健体育（学研）</li> <li>・副教材 中学体育実技（三蚩）</li> <li>・学習のプリント（新学舎）</li> </ul>	<p>持ち物</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教科書</li> <li>・ファイル</li> <li>・筆記用具</li> <li>・体育館シューズ</li> </ul>
<p>学習の進め方</p>	<p>&lt;確かな学力を身につけるには&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・出席順で1番が列の基準になり、体育委員が号令をかけて整列させる。体育係が中心となり、授業の準備をおこなう。</li> <li>・まず、授業を進めるにあたって必要なこと（準備・片付け、初歩的なルールなど）を覚える。基本的なこと（動作や技術、戦術など）を練習する。さらに先生や友だちのアドバイスを参考にしながら、自分（たち）の課題（目標）を解決していくために、自ら進んで取り組み、考え・工夫しながら協力して練習や試合、記録計測をしていく。</li> <li>・全体の動きに機敏性を持たせる為に集団行動の徹底をはかる。</li> <li>・年間を通して準備運動を実施し、さらに補強運動をすることによって運動能力を高める。</li> <li>・忘れ物をなくし見学でもジャージに着替える。</li> <li>・先生の指示をよく守り安全に留意して運動できる。</li> </ul> <p>&lt;定期テストでは&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・定期テストを実施することにより、保健分野と体育理論の定着をはかる</li> </ul>		
<p>学習上の注意</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の能力を精一杯発揮し、最後まで粘り強く取り組む。</li> <li>・日頃から健康管理に努め、欠席・見学をしない。</li> <li>・指示をよく聞いて仲間と協力して活動（準備、片付け、練習など）し、周りの安全を考えて取り組む。</li> <li>・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、運動種目の規則を守るなど）に注意して取り組む。</li> <li>・体操服：夏服期間は半そで、ハーフパンツを着用する。 見学者にはウインドブレーカーの着用を認める。 *体調不良等、特別な理由がある場合は、マイプラやメモで連絡する。</li> <li>・保健体育の教科書、中学体育実技、ファイルは教室のロッカーにまとめておき、いつでも使えるようにする。</li> </ul>		

## 学習内容および評価規準

学習計画				評価にあたって				
				評価の観点	評価の方法			
一 学 期	4	体づくり運動 (集団行動、ラジオ 体操、体育祭練習、 新体力テスト)		知識・ 技能	【体育分野】 ○知識 ・運動の技の名称や行い方、体力の高め方、運動 観察の方法、安全の確保の仕方について、言っ たり、書き出したりしている。 ○技能 ・運動の特性に応じた基本的な記述や応用した技 能ができる。  【保健分野】 ○知識 ・授業を通して、個人生活を中心として科学的に 理解したことを言ったり、書き出したりしている。	実技テスト 定期テスト 学習カード		
	5						球技（バレーボ ール・テニス）	期末
	6							
二 学 期	9	球技（卓球、ティ ーボール）  ダンス 陸上競技（長距離走）  球技（サッカー） 武道（剣道） 保健分野 体育理論		思考・ 判断・ 表現	【体育分野】 ・自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向 けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己 や仲間の考えを他者に伝えている。  【保健分野】 ・授業を通して、個人生活における健康に関する 課題を発見している。  ・健康に関する課題の解決を目指して科学的に思 考し判断したことを他者に伝えている。	参加状況 授業の取り組み方 学習カード 定期テスト		
	10							
	11							
	12							
三 学 期	1	球技（バド、卓球、 ハンド、その他） 保健分野 体育理論		主 体的 に 学 習 に 取 り 組 む 態 度	【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】 ・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。	参加状況 授業の取り組み方 ラジオ体操 学習カード 提出物 発表		
	2						学 年 末	
	3							