

教科	保健体育	学年	第3学年	担当者	関 諒太・水谷省吾
----	------	----	------	-----	-----------

【教科目標】

体育や保健の見方・考え方について学び、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習を通して心と体を一体としてとらえ、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現させる資質や能力を育てる。

【使用教科書・教材等】

新しい保健体育(東京書籍)	中学体育実技(学研)	iPad
---------------	------------	------

【学習計画】

学期	単 元 名	学 習 の ね ら い (身につけたい力)	授業使用物
1 学 期	<input type="checkbox"/> オリエンテーション ・授業の進め方、評価、約束事 <input type="checkbox"/> 集団行動・体づくり運動 ・集合、整列、姿勢、礼 等 <input type="checkbox"/> 新体力テストの実施 ・計測・測定方法、体力との関係の理解 <input type="checkbox"/> 陸上競技 ・リレー、走り幅跳びの測定方法 <input type="checkbox"/> バスケットボール ・パス、ドリブル、シュートなどの基本技能 ・ゲームのルール <input type="checkbox"/> 体育に関する知識 <input type="checkbox"/> 体育理論	<input type="checkbox"/> 授業についての説明をしっかりと確認し、約束事を守り、安全に積極的・意欲的に活動できるようにする。 <input type="checkbox"/> 集団行動を通じて、規律とマナーを身につける。 自分や仲間の体や心の状態に気付き、体を動かす楽しさを味わう。 <input type="checkbox"/> 各自の目標を設定し、記録に挑戦する意欲を身につける。 各自の体力を知り、課題解決方法を身につける。 <input type="checkbox"/> 各自の技能に応じた練習方法を身につけ、記録に挑戦する。 ルールや測定方法を理解する。 <input type="checkbox"/> 個人技能(パス、ドリブル、シュート)を習得する。 マンツーマンディフェンスの方法を理解する。 簡易ルールや練習方法を理解する。 <input type="checkbox"/> 運動の練習方法を理解し、各自の課題練習に意欲的に取り組む。 運動の名前や技のポイントを理解する。 <input type="checkbox"/> 運動の歴史、技能名、ルールなどを理解する。	・指定の体操服 ・ファイル ・教科書 ・副読本 ・自己評価用紙 ・説明プリント ・記録用紙 ・種目に必要な器具一式 ・ビデオ教材 ・柔道衣
2 学 期	<input type="checkbox"/> ソフトボール ・投げる、打つ、捕るの技能の習得 ・ベースボール型のゲームのルール理解 <input type="checkbox"/> 体育祭の集団演技 <input type="checkbox"/> バレーボール ・パス、レシーブ、サービスの基本技能 ・簡易ゲーム <input type="checkbox"/> 器械運動(跳び箱) ・切り返し系・回転系 <input type="checkbox"/> 器械運動(マット運動) ・回転系、技巧系、技の組み合わせ <input type="checkbox"/> 体育に関する知識 <input type="checkbox"/> 体育理論	<input type="checkbox"/> 投げる、受ける、打つ、走る基本技能を身につける。 <input type="checkbox"/> 集団規律、互いに指摘、支援し合い協力して活動する。 <input type="checkbox"/> 基本技能(パス、レシーブ、サービス)を習得する。 自己の役割に応じた技能を発揮し、簡易ゲームができるようになる。 簡易ルールや練習方法を理解する。 <input type="checkbox"/> 運動の練習方法を理解し、各自の課題練習に意欲的に取り組む。 運動の名前や技のポイントを理解する。 <input type="checkbox"/> 運動の練習方法を理解し、各自の課題練習に意欲的に取り組む。 運動の名前や技のポイントを理解する。 <input type="checkbox"/> 運動の練習方法を理解し、各自の課題練習に意欲的に取り組む。 運動の名前や技のポイントを理解する。 <input type="checkbox"/> 運動やスポーツの必要性や関わり方について理解する。	
3 学 期	<input type="checkbox"/> バドミントン <input type="checkbox"/> 武道(柔道) ・固め技(けさ固め、横四方固め) ・投げ技(体落とし、大腰) <input type="checkbox"/> 体力を高める運動 <input type="checkbox"/> 体育に関する知識 <input type="checkbox"/> 体育理論	<input type="checkbox"/> 身体を使って、イメージを表現することができる。 <input type="checkbox"/> 今の体力を向上させる方法を身につける。 <input type="checkbox"/> 礼法を守り、基本技能を身につける。 相手の技能を理解し尊重しながら、簡易試合ができるようになる。 <input type="checkbox"/> 運動の歴史、技能名、ルールなどを理解する。 <input type="checkbox"/> 運動やスポーツの必要性や関わり方について理解する。	
保 健	<input type="checkbox"/> 健康と環境 <input type="checkbox"/> 健康な生活と疾病の予防③	<input type="checkbox"/> 飲料水や空気をどのように管理し、自然環境の汚染を防ぐか理解する <input type="checkbox"/> 健康を守る社会の取組はどのようなものがあるか理解する。	

【評価の観点と評価の方法】(通知表のつけ方)

評価の観点	知識・技能 1 / 3	思考・判断・表現 1 / 3	主体的に学習に取り組む態度 1 / 3
評価の観点の趣旨	各種の運動の特性に応じた技能を身につけられるとともに、運動や健康・安全の基礎を理解し、知識を身につけられたか	各種の運動の特性に応じた行い方を考え、工夫して学習するとともに、自らの考えを表現することができるか	主体的に学習に取り組み、仲間と協力しあって、楽しみながら運動できるか
評価の方法	定期テスト・各種実技テスト ファイルやレポート 各種運動の知識	各種取り組みの確認 自己評価の内容と提出状況 ファイルやレポート	意欲的な参加状況 服装、忘れ物、身だしなみ等、約束事が守れるか

【授業の受け方・学習のポイント】(担当の先生からのアドバイス)

・基本的な生活習慣を身につけ、授業を休まない、見学しないことが大切。
 ・技能を高め、目標を達成するため、粘り強く工夫した練習を行う。
 ・運動のルールやマナーを理解し、安全に注意して運動を行う。
 ・仲間と協力支援しながら、しっかり活動し運動を楽しむ。
 ・約束事、提出物等の期限を厳守する。

【家庭学習の進め方・学習のポイント】(担当の先生からのアドバイス)

・学習したことが、日常生活やクラブ活動等に生かせるように意識する。
 ・体力の向上と健康について気をつける。
 ・教科書、副読本、新聞等を読み知識を身につける。
 ・様々なスポーツを観戦する。