

教科	保健体育科	学年	第2学年	担当者	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】**

新編 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	<ul style="list-style-type: none"> <li>○オリエンテーション</li> <li>・授業の進め方、評価、約束事</li> <li>○集団行動・体づくり運動</li> <li>・集合、整列、姿勢、礼 等</li> <li>○新体力テストの実施</li> <li>計測・測定方法、体力との関係の理解</li> <li>○陸上競技</li> <li>・ハードル走の記録測定と方法の確認</li> <li>○バレーボール</li> <li>・基本技能の向上 (パス、サービス、スパイク等)</li> <li>・三段攻撃につなぐプレイ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○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。</li> <li>○集団行動を通じて、規律とマナーを身につける。</li> <li>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。</li> <li>○各自の目標を設定し、記録に挑戦する意欲を身につける。</li> <li>各自の体力を知り、課題解決方法を身につける。</li> <li>○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。</li> <li>ルールや計測・測定方法を理解する。</li> <li>○基本技能の向上を目指す。</li> <li>自己の役割に応じた技能を発揮し、仲間と共に協力し、三段攻撃につながるプレイを目指す。</li> <li>簡易ルールや練習方法を理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・指定の体操服</li> <li>・ファイル</li> <li>・教科書</li> <li>・副読本</li> <li>・自己評価用紙</li> <li>・説明プリント</li> <li>・記録用紙</li> <li>・種目に必要な器具一式</li> <li>・ビデオ教材</li> </ul>
2 学 期	<ul style="list-style-type: none"> <li>○体育祭の集団演技</li> <li>○ソフトボール</li> <li>・投げる、受ける、打つ、走る基本技能</li> <li>○器械運動(跳び箱運動)</li> <li>・回転跳び(台上前転、伸膝台上前転、首はね跳び、頭はね跳びなど)</li> <li>○武道(柔道)</li> <li>・固め技(けさ固め、横四方固め、返し技)</li> <li>・投げ技(体落とし、大腰、膝車)</li> <li>・簡易試合</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○集団規律、互いに指摘、支援し合い協力して活動する。</li> <li>○投げる、受ける、打つ、走るなどの基本技能を身につける。</li> <li>○運動の名前や技のポイントを理解し、技の習得を目指す。</li> <li>○自己の得意技を見つける。</li> <li>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する。</li> <li>技の名前を理解する。</li> </ul>	
3 学 期	<ul style="list-style-type: none"> <li>○バスケットボール</li> <li>・基本技能の向上 (パス、ドリブル、シュート等)</li> <li>・簡易ゲーム</li> <li>○体力を高める運動</li> <li>○体育に関する知識</li> <li>○体育理論</li> <li>○ダンス (現代的なリズムのダンス)</li> <li>○体育に関する知識</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○基本技能の向上を目指す。</li> <li>味方どうして協力して攻撃する方法を理解する。</li> <li>簡易ルールや練習方法を理解する。</li> <li>○今の体力を向上させる方法を身につける。</li> <li>○運動の歴史、技能名、ルールなどを理解する。</li> <li>○運動やスポーツが心身に与える効果、安全について理解する。</li> <li>○全身でリズムをとらえ、身体の使い方や動きを知る。</li> <li>○運動の歴史、技能名、ルールなどを理解する。</li> </ul>	
保 健	<ul style="list-style-type: none"> <li>○傷害の防止</li> <li>○健康な生活と疾病の予防②</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○交通事故や自然災害による傷害の要因とその発生の防止、傷害の悪化の防止について理解する。</li> <li>○健康の成り立ちや生活習慣病の起こり方、健康の保持増進のための生活の送り方について理解する。</li> </ul>	

**【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。
- ・技能を高めたり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、しっかりと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。