

第 1 学年	保健体育科	使用教科書等	中学校体育実技 新しい保健体育	担当教員	千葉 哲照・岩永 悠平
--------	-------	--------	-----------------	------	-------------

【学習の目標】 体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通じて、心と体を一体として捉え、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するための資質・能力を育成する。

【授業の進め方や授業のポイントは何か】 <体育分野> ・運動の実践を通して、楽しさや喜びを味わい、運動や体力の必要性を理解するとともに基本的な技能を身に付ける。 ・自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考・判断し、考えたことを他者に伝える力を身に付ける。 ・競争や協働を通じて、公正に取り組み、互いを認め合うなど、安全に留意して最善を尽くして運動する態度を養う。 <保健分野> ・健康について自他の課題を発見し、解決に向けて思考・判断し、他者に伝える力を身に付ける。 ・生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営むための態度や技能を身に付ける。	【どのように家庭学習を進めればよいか】 <体育分野> ・授業を振り返り、ルールや基本技能についてポイントを復習するとともに、自己の課題に目を向け、課題解決の方法等を考察する。 ・習得した知識や技能を活用して、自己のスポーツライフを豊かにするために運動を実践しようとする。 <保健分野> ・授業内容を復習し、自己の生活を振り返り、健康の保持増進に向けて、自己の生活習慣の課題を見付ける。 ・基本的な用語やさまざまな事柄の説明について整理し、他者に伝えられるようにするとともに、自己の生活に生かそうとする。
--	--

【通知表のつけ方】	
評価の観点	何で頑張りを見るか
知識・技能	<体育分野> ・技能テスト・定期テスト <保健分野> ・定期テスト・ワークシート
思考・判断・表現	<体育分野> ・定期テスト・学び合い・発表・ワークシート <保健分野> ・定期テスト・学び合い・発表・ワークシート
主体的に学習に取り組む態度	<体育分野> ・単元に向かう姿勢・振り返りの記述・グループワーク・活動する姿勢・ルールやマナーへの態度 <保健分野> ・単元に向かう姿勢・振り返りの記述

学 期	学習する内容	ここで付けたい力	使うもの	学 期	学習する内容	ここで付けたい力	使うもの
1 学 期	<体育分野> 体づくり運動 陸上競技 (短距離・リレー) 器械運動(マット運動) 水泳 <体育理論> 運動やスポーツの多様性	<体育分野> ○スポーツテストを通じて自分の体力に気づき、伸ばそうとする力を身に付ける。 ○バトンや跳躍、スタートの練習に地道に取り組み、記録向上を目指す力を付ける。 ○基本となる技をなめらかに安定してできる力を付ける。 ○水に親しみ、クロールや平泳ぎなどの泳法を身に付ける。 <体育理論> ○運動やスポーツの必要性や楽しさ、関わり方などを学び、生涯にわたるスポーツライフを実現するための力を身に付ける。	バトン ストップウォッチ メジャー スターティング ブロック スコップ トンボ バレーボール 支柱 ネット	2 学 期	<保健分野> 健康な生活と疾病の予防1	<保健分野> ○健康を保持増進するための知識を身に付け、望ましい生活の仕方について考える。	
					3 学 期	<体育分野> 球技(バスケットボール) 球技(サッカー) <保健分野> 心身の機能の発達と健康	<体育分野> ○バスやドリブル、シュートなど巧みなボール操作ができる力を身に付ける。 ○コミュニケーションをとり、空いているスペースを攻防に活用する力を付ける。 <保健分野> ○心身の健康を保持増進し、バランスのとれた発育発達のために心身の調子を整える力を付ける。
2 学 期	<体育分野> 体づくり運動 球技(バレーボール) 武道(柔道) 陸上競技(持久走)	<体育分野> ○自分の身体の状況を確認し、仲間と協調した運動をする力を身に付ける。 ○トスやサービスの技術を練習して仲間とつなぐ意識を高める。 ○礼儀や作法、受け身を練習し、自分の体を守る力を付ける。 ○自分のペースを知り、安定したペースで長く走る力を付ける。	柔道衣 マット セフティマット ストップウォッチ メジャー	※定期テストの予定 1 学期 期末テスト 2 学期 期末テスト 3 学期 期末テスト			