

## (第1学年 教科名 保健体育 )

### 教科のねらい

保健体育の学習は保健分野と体育分野に大きく分けられます。保健分野では心や体の機能の発達と心の健康について学びます。体育分野では、いろいろなスポーツを体験し、それぞれのスポーツに必要な体力や技術を身につけ、さまざまな知識を学びながら健康な心身をつくることを目指していきます。

保健体育科では、「健康な心身づくり」をテーマとし、これからの生涯を主観的に健康に生きていくために、以下の4つの観点を大切にしながら授業を進めていきたいと思えます。

- ◎ 健康やスポーツに対する関心を高め、自ら学習していく態度や仲間と共に学習していく態度を養う。
- ◎ 個人やチームで効果的な練習方法を工夫し、ゲームでいかす作戦を考えるなど、運動や健康・安全に関する思考力・判断力を身につける。
- ◎ 積極的に運動に取り組み、健康な体づくりに努めるとともに、仲間と一緒にスポーツを楽しむような体力と技術を身につける。
- ◎ 健康や安全に関して必要な知識・理解、仲間とともにスポーツに親しんでいくための知識・理解を深める。

### ☆学習を進めるに当たって

使用教材	教科書 新しい保健体育 (東京書籍) 補助教材 ビジュアル 新しい体育実技 (東京書籍)	持ち物	(体育) 筆記用具 (保健) 筆記用具 教科書
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>○ 自分やチームの目標や課題を持って積極的に授業に取り組む。</li> <li>○ チームや仲間同士で協力すること、教えあうことを大切にする。</li> <li>○ ルールや試合方法について理解し、積極的に取り組む。</li> <li>○ 教師の話や仲間のアドバイスをしっかり聞いて理解する。</li> <li>○ 保健面では資料や知識を基にして意欲的な態度でいろいろな問題や課題に取り組む。</li> </ul> <p>&lt;課題学習&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 教科書には技術面や体力面のポイント等が掲載されているので、学習の参考にする。また各種競技大会結果を自分の記録と比較し、三重県や全国の中学生のレベルを知るのに役立つ。</li> <li>○ スポーツ・健康に関する出来事に興味を持ち、ニュースや新聞などにも目を通す。</li> </ul> <p>&lt;定期テスト&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 授業中での話をしっかり聞き、いろいろなスポーツのルールや技術のポイント、また、健康・安全に関する知識について、教科書を参考にしながら復習する。</li> <li>○ 授業中に配布したプリントやワークシートなどにも目を通し、自分なりにノートにまとめる。</li> </ul>		
学習上の注意等	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ チャイムが鳴る前に整列する。</li> <li>○ 授業に必要な道具の準備片付けを協力して行う。</li> <li>○ 原則として、見学をする場合も体操服を着て見学する。</li> <li>○ 授業の規律やルールを守るとともに、安全に十分配慮して、取り組む。</li> <li>○ 教師の説明を聞き、授業の流れやポイントを把握する。</li> <li>○ 保健の授業では板書をノートにまとめ、整理する。</li> </ul>		

## ☆学習内容および評価について

学 習 計 画				評価にあたって		
学期	月	単 元 計 画	試 験	評価観点	評価の場面・方法	
1	4	集団行動 体づくり運動 ラジオ体操	期 末	関 心 ・ 意 欲 ・ 態 度	○意欲的な態度で運動に取り組むことができたか。 ○授業でのルールや規律を守ることができたか。 ○準備や片付けに積極的に取り組めたか。 ○仲間と協力したり教えあったりしながら運動に取り組むことができたか。 ○保健学習のワークシートや課題に対して意欲的に取り組めたか。	○行動観察  ○学習カード  ○授業参加
	5	陸上競技(短距離走・リレー)				
	6	水泳 保健				
	7	(心身の機能の発達と心の健康)				
2	9	体育祭	期 末	思 考 ・ 判 断	○各種目のルールを理解して試合に取り組めたか。 ○安全に対する配慮を主体的に行い、運動に参加しているか。 ○健康・安全に関する知識や情報を自分たちの問題として捉え、考えられているか。	○学習カード  ○チームカード  ○行動観察  ○ペーパーテスト
	10	器械運動				
	11	柔道				
	12	陸上競技 保健 (心身の機能の発達と心の健康)				
3	1	バレーボール	学 年 末	技 能	○各種目の運動に必要な基本的な技術を身につけているか。 ○身につけていた技術を試合や記録会の中でいかしているか。 ○個人やチームで設定した目標や記録を達成することができたか。	○実技テスト  ○行動観察  ○記録会  ○発表会
	2					
	3	サッカー 保健 (心身の機能の発達と心の健康)				
				知 識 ・ 理 解	○運動や健康・安全に関する知識を習得し、授業の場でいかすことができたか。	○ペーパーテスト  ○行動観察