

3学年男子保健体育科

1 使用教材

教科書及び副読本など
図解中学体育(暁教育図書)新・中学保健体育(学研)

2 評価の観点および方法

評 価 の 観 点		評 価 の 方 法
①運動や健康 への関心・意 欲・態度	・安全を考え、仲間と協力して意欲的に取り組める。	<ul style="list-style-type: none"> ・欠席・見学・忘れ物など ・準備や後片付けなど ・周りの状況が把握、安全を確かめての運動 ・意欲的に参加し、一生懸命の運動 ・仲間と声をかけながらの運動
②運動や健康・ 安全につい ての思考・判 断	・運動の特性に応じた自分の目標やチームの目標を設定し、その達成に向かって努力する。	<ul style="list-style-type: none"> 安全に運動ができる環境をつくること ・自分やチームが与えられた課題によく理解した練習や工夫 ・仲間の動きをよく観察し、練習の工夫や適切な補助・アドバイス
③運動の技能・ 表現	・運動の特性に応じた動きや技能を、自分の力に応じて習得し、発揮することができる。	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の能力を理解し、動きや技能の習得に熱心に取り組みの向上 ・仲間とともに運動する中で、自分の技能の発揮 ・イメージをからだ全体で表現
④運動や健康・ 安全について の知識・理解	・運動の行い方や、心身のはたらきを理解し、実践しようとする。	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の内容やゲームの進め方を理解と実践 ・健康についての基礎的な知識の理解

3 学習計画

	各単元	主な学習内容
1 学 期	体づくり運動 新体力テスト バレーボール 陸上(短距離走・リレー・ハードル走) 器械運動(マット)	<ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの運動では、心と体の関係に気付き、体の調子を整え、仲間と交流するための手軽な運動や律動的な運動を行うこと。 ・体づくり運動に積極的に取り組むこと、分担した役割を果たそうとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようにする。 ・運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きが展開できるようにする。 ・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること。 ・滑らかな動きで速く走ること。ハードル走ではリズムよく、より早く走ることの力を養成する。 ・陸上競技に積極的に取り組むとともに、ルールやマナーを守ろうとすることができるようにする。 ・器械運動に積極的に取り組むとともに、運動について、技ができる楽

	水泳	<p>しさを喜びを味わい、その技がよりよくできるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クロールと平泳ぎの運動について、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、泳法を身に付けることができるようにする。
2 学 期	ハンドボール	<ul style="list-style-type: none"> ・運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きが展開できるようにする。 ・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること。
	バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> ・運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きが展開できるようにする。 ・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること。
	持久走 サッカー	<ul style="list-style-type: none"> ・長距離走では、ペースを守り一定の距離を走ること。 ・運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きが展開できるようにする。 ・球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること。
	健康な生活と病気の予防	<ul style="list-style-type: none"> ・健康は、主体と環境の相互作用の下に成り立っていること。さらに、疾病は主体の要因と環境の要因がかかわりあって発生すること。 ・薬物は心身に様々な影響を与え、健康を損なう原因となること。心理状態や人間関係、社会環境が影響するので、それらに適切に対処する必要があること。 ・感染症は、病原体が主な要因となって発生すること。感染症の多くは、発生源をなくすこと、感染経路を遮断すること、主体の抵抗力を高めることによって予防できること。
3 学 期	柔道	<ul style="list-style-type: none"> ・柔道では、相手の動きに応じた基本動作から、基本となる技を用いて、抑えるなどの攻防を展開すること。相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること。
	ダンス	<ul style="list-style-type: none"> ・曲に合わせて感じを込めて踊ったり、みんなで楽しく踊ったりすることができるようにする。互いのよさを認め合い、協力して練習したり、発表したりすることができるようにする。

4 学習方法についてのアドバイス

学 習 方 法	学 校	<ul style="list-style-type: none"> ・毎回、体操服を確実に持ってこよう。 ・チャイムが鳴るまでに授業の準備をして、クラス全員が揃ったら準備体操をはじめよう。 ・授業に集中し、指示や説明を聞くときはしっかり聞こう。 ・仲間とともに動く喜びを分かち合い、体全体を使って表現をしよう。 ・提出物は、期限までに出そう。
	家 庭	<ul style="list-style-type: none"> ・テスト前には自宅でテスト範囲の学習をし、実技については授業に集中して技術を身につけよう。 ・様々な運動に興味を持ち、体験や観戦をする機会を増やそう。