

## 年間学習計画と評価について

学 校 名	学 年	教 科
四日市市立 内 部 中学校	3 年	保 健 体 育 科(女子)

### 1 学習のねらい等

学習のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自ら進んで運動に取り組み、運動を通して得られる楽しさや喜びを、周りの仲間と共に感じ取れるようにする。そのためにも必要な体力や技能の向上に努める。</li> <li>○仲間と共に協力して準備や後片付けを行う。その際、施設や用具の安全等を確認められるようにする。</li> <li>○自分の得意な種目だけでなく、苦手な種目に対しても『どうしたらできるようになるか。』等、課題を見つけ解決を目指した学習の工夫をする。</li> <li>○種目についてルール等を学習し、それを生かして公正な態度で授業に取り組むことができる。</li> <li>○個人の健康や安全に関心をもち、それを実現するために自ら進んで学習に取り組もうとする。</li> <li>○心身の機能の発達について、役に立つ基礎的な内容を理解し、知識として身に付ける。</li> <li>○知識として身に付けた事柄を、日常生活の中で生かすことができる。</li> </ul>
使用教材	教科書：保健体育(大修館書店) 補助教材：図解中学体育(あかつき)

### 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・安全への関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自ら進んで運動の楽しさや喜びを体得しようとする。また公正、協力、責任等の態度を身につけると共に、健康・安全に留意して運動しようとする。</li> <li>・他者の心身の健康や安全に関心をもち、自ら健康で安全な生活を実現するため、進んで学習に取り組もうとする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習活動への参加の仕方や態度 (行動観察・発言内容聞き取り)</li> <li>・学習カード、ノートの記入内容 (作成状況の確認)(自己評価等の記入)</li> <li>・定期テスト (関連問題への解答)</li> </ul>
②運動や健康・安全についての思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の特性に応じて、自己やグループの能力に適した課題の解決を目指して、活動方法を考え工夫している。</li> <li>・他者の心身の健康や安全に関する課題の解決を目指して、科学的に考え、選択すべき行動を適切に判断している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習活動への参加の仕方や態度 (行動観察・発言内容聞き取り)</li> <li>・学習カード、ノートの記入内容 (記入状況の確認)(自己評価等の記入)</li> </ul>
③運動の技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の能力に適した課題解決を目指して運動を行うと共に、運動の特性に応じた技能を身につけている。また、自己の体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習活動への参加の仕方や態度 (行動観察)</li> <li>・実技テスト</li> </ul>
④運動や健康・安全についての知識・理解	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の特性と学び方、安全の確保、生活における運動の意義、体ほぐし、体力の意義及び運動の心身にわたる効果に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。</li> <li>・健康や安全の意義を理解すると共に、心身の機能の発達について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習活動への参加の仕方や態度 (行動観察・発言内容聞き取り)</li> <li>・学習カード、ノートの記入内容 (記入状況の確認)</li> <li>・定期テスト (関連問題への解答)</li> </ul>

### 3 学習計画

	各単元と主な学習内容	観点別評価の具体例
一 学 期	※体育分野 ○集団行動  ○体づくり運動 ・ ラジオ体操 ・ 体ほぐしの運動 ・ 体力を高める運動 ・ 動きを高める運動 ○新体力テスト	体育分野の以下にあげる①, ②, ④については各単元で共通とする。 ①各種目の特性に関心をもち、楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。互いに協力して安全に練習や競技をすることができる。 ②自分の能力に応じた課題を持ち、練習の仕方を工夫している。 ④各種目の特性や技能の構造を理解し、練習の仕方やルールを知っている。 ③体力を高める運動の正しい動作を身につけ、体力を合理的に高めるための運動ができる。 ⑤新体力テストでは、自己の体力の現状を正しく知ることができる。自分に適した運動種目の選択や効果的な運動のしかた、体力をバランスよく高める、同年代の他の人との比較などに活用することができる。結果は、将来へ向けての生涯スポーツの実践や基礎づくりにも効果的に生かすことができる。

	<ul style="list-style-type: none"> <li>○陸上競技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・短距離走</li> <li>・リレー</li> <li>・走り幅跳び</li> </ul> </li> <li>○球技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール</li> </ul> </li> <li>○水泳 <ul style="list-style-type: none"> <li>・背泳ぎ</li> <li>・平泳ぎ</li> </ul> </li> <li>○ダンス</li> </ul> <p>※保健分野</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○第4章</li> <li>「健康な生活と病気の予防」 <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康を左右するもの</li> <li>・運動と健康</li> <li>・食事と健康</li> <li>・休養・睡眠と健康</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①短距離走では、スタート、中間疾走、フィニッシュの正しいフォームを身につけて、記録を向上させることができる。</li> <li>②リレーでは、正しいバトンパスの方法を身につけてグループで記録を向上させることができる。</li> <li>③走り幅跳びでは、助走、踏切、空中姿勢、着地の正しいフォームを身につけて、記録を向上させることができる。</li> <li>④バレーボールでは、オーバーハンドパスとアンダーハンドパス、スパイク等の技能を、ゲームの中で実践することができる。</li> <li>⑤水泳では、背泳ぎと平泳ぎの泳法で25m以上泳ぐことができる。</li> <li>⑥現代的なリズムダンスのリズムに合わせて踊ることができる。 また曲からイメージし、創作することができる。</li> </ul> <p>①健康の保持増進のために必要な生活行動や疾病の予防について、自分の日常生活を振り返りながら、教科書などの資料を読んだりして課題を発見しようとしている。</p> <p>②健康の保持増進には生活習慣が深く関わっていること、それが要因となって起こる疾病や予防の仕方について知っている。</p>
二 学 期	<p>※ 体育分野</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○球技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトボール</li> </ul> </li> <li>○陸上競技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・中・長距離走</li> </ul> </li> </ul> <p>※ 保健分野</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○第4章</li> <li>「健康な生活と病気の予防」 <ul style="list-style-type: none"> <li>・生活習慣病とその予防</li> <li>・喫煙と健康</li> <li>・飲酒と健康</li> <li>・薬物乱用と健康</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①送球、捕球、バッティング等の基本的な技能を応用して、ゲームの中で実践することができる。</li> <li>②長距離走の正しいフォームを身につけて、記録を向上させることができる。</li> </ul> <p>①, ②については、1学期と同様である。</p> <p>③健康の保持増進には生活習慣が深く関わっていること、それが要因となって起こる疾病や予防の仕方について知っている。</p> <p>④喫煙、飲酒の健康への影響を理解している</p> <p>⑤薬物乱用の健康への影響と乱用してはいけないことを理解している。</p>
三 学 期	<p>※ 体育分野</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○球技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・バスケットボール</li> <li>・サッカー</li> </ul> </li> </ul> <p>※ 保健分野</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○第4章</li> <li>「健康な生活と病気の予防」 <ul style="list-style-type: none"> <li>・感染症と病原体</li> <li>・感染症の予防</li> <li>・性感染症の予防</li> <li>・エイズの予防</li> <li>・医薬品の正しい使い方</li> <li>・医療・保健機関とその利用</li> </ul> </li> <li>・個人の健康を守る社会の取り組み</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>①バスやドリブルの技能を応用してプレーし、レイアップシュートやセットシュートの技能を状況に応じて、ゲームの中で発揮することができる。</li> <li>②バスやドリブルなどの基本的な技能を、相手の状況に応じてゲームの中で発揮することができる。</li> </ul> <p>①感染症の要因とその予防について知っている。</p> <p>②エイズという病気とその予防について知っている。</p> <p>③自分の健康を守るために役立つ保健・医療機関の利用のしかたを理解している。</p> <p>④薬の正しい使い方について理解している。</p>

#### 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"> <li>①体育分野での準備体操はとても大切です。協力しながら真面目に取り組もう。</li> <li>②体育分野では安全に取り組んでいくためにも、まずはしっかりと指示(話)を聞けるようにしましょう。そして苦手な種目、得意な種目に関係なく前向きに取り組む努力していこう。</li> </ul>
	家 庭	<ul style="list-style-type: none"> <li>①体育分野での目標の一つに、自己の体力の向上があります。自宅でできるトレーニング等をやってみよう。(ただし、事故やけがにつながる場合があります。行う際には、保護者の方と相談して、許可を得てから行いましょう。)</li> <li>②次に取り組むところの予習として、教科書や副教材を読んでおこう。(図解中学体育や保健の教科書を積極的に活用しよう。)</li> </ul>