

| | | | | | |
|--------|-----------------------------|-----|-------|---------|-----|
| 教科(科目) | 保健体育 | 総時数 | 105時間 | 学年(コース) | 1学年 |
| 使用教科書 | 学研『新・中学校保健体育』 | | | | |
| 副教材等 | 新学社『ワンダフルスポーツ』、新学社『保健体育ノート』 | | | | |

1 グラデュエーション・ポリシー及びカリキュラム・ポリシー

| | |
|----------------|---|
| グラデュエーション・ポリシー | <p>①高い学力・幅広い教養・学び続ける姿勢を身に付け、グローバル（地域的・地球的）な視野から社会課題を多面的に発見・考察し、その解決に向けて挑戦・行動・発信する能力を育成します。</p> <p>②高い倫理観、他者を思いやる心、傾聴する姿勢、豊かなソーシャル・スキルを持った人物を育成します。</p> <p>③リーダーシップ・フォロワーシップを身に付け、地域社会・国際社会と協働する態度を育成します。</p> |
| カリキュラム・ポリシー | <p>①中高一貫教育を生かし、高い学力と学び続ける姿勢を身に付ける教育課程を編成するとともに、すべての教科・科目において「深い学び」を実現します。</p> <p>②読書、新聞・図書室の活用を奨励するとともに、体験活動を取り入れた教育課程により、幅広い教養を育みます。また、探究の過程を重視するとともに、最新の教育方法を積極的に活用します。</p> <p>③4技能をバランスよく育成する英語授業を実践するとともに、「生きた英語」を学習する機会としての海外研修やさまざまな発表活動に取り組みます。また、積極的に国際交流活動にも取り組んでいきます。</p> <p>④アイデンティティを形成しつつ地域理解を深め、地球的視野で自分なりの社会課題を発見し、科学的な手法を用いてその解決を目指す課題研究を6年間通じて実施します。</p> <p>⑤6年間一貫した方針による道徳や人権教育等を実施するとともに、生徒会活動、部活動、課外活動を通して、主体的・自律的に考え行動し、互いに支え、高め合いながら協働的に活動することを重視します。</p> |

2 学習目標

| |
|--|
| <p>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して、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・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。</p> |
|--|

3 指導の重点

| |
|---|
| <p>① 自己の能力に適した課題をもち、仲間と協力して、意欲的に学習に取り組むことができる。</p> <p>② 自己の能力に応じて目標を立て、工夫して取り組むとともに、自己反省をして、次に活動につなぐことができる。</p> <p>③ 各単元の技能が身に付くとともに、自己の記録や技能に向上することができる。</p> <p>④ 教科書や副教材を使い、運動や健康についての知識を身に付けることができる。</p> |
|---|

4 評価の観点の趣旨

| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
|--|--|---|
| <p>運動の合理的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに実践するための理論について理解しているとともに、運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。また、個人生活における健康・安全について科学的に理解しているとともに、基本的な技能を身に付けている。</p> | <p>自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して科学的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。</p> | <p>運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、運動の合理的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p> |

5 評価方法

| | | | |
|------|---|--|---|
| | 評価は次の観点から行います | | |
| | 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| 評価方法 | <p>以上の観点を踏まえ、</p> <ul style="list-style-type: none"> 技能テスト（陸上の記録会等）の記録や出来映え 課題レポートや小テストの記述の状況 | <p>以上の観点を踏まえ</p> <ul style="list-style-type: none"> 練習の状況 発表やグループ活動での活動状況 記録用紙等の記入の仕方 | <p>以上の観点を踏まえ、</p> <ul style="list-style-type: none"> 服装、集合時間、準備運動の取り組みを始めとする活動への参加状況 |

| | | |
|---|-------------|---|
| 況 などから、評価します。 | などから、評価します。 | <ul style="list-style-type: none"> ・用具の準備や後片付けの取り組み状況 ・学習カードの記入状況 などから、評価します。 |
| 内容のまとめりごとに、各観点「A：十分に満足できる」、「B：おおむね満足できる」「C：努力を要する」 内容のまとめりのごとの評価基準は授業で説明します。 | | |

6 学習計画

| 月 | 単元名 | 学習活動(指導内容) | 授業時間 | 評価方法 |
|-------------|--------------------------|--|------|----------------------------------|
| 4 | 体づくり運動 | <ul style="list-style-type: none"> ・体育を学習する意味を理解し、学習意欲を高める。 ・集団行動を身に付ける。 ・身体の様々な部位を動かすことで心地よさや楽しさを味わう。 ・仲間の体や心の状態に気づき、仲間との交流を深める。 ・運動の意義や方法、強度、回数等を理解し工夫することにより、自己に適した体力向上の実践力を身に付ける。 ・自己の体力を知り、健康の向上に努める。 | 10 | 行動観察 確認テスト 学習カード |
| 5 6 7 | 陸上競技 ・ 短距離走 ・ リレー | <ul style="list-style-type: none"> ・走運動の基本動作を習得し、運動技能を向上させる。 ・自己の能力に応じて目標を設定し、それに向けた練習をする。 ・競技規則を十分理解し、互いに協力して記録をとる。 | 6 | 行動観察 記録会 学習カード |
| | バスケットボール バレーボール | <ul style="list-style-type: none"> ・種目の特性を理解し、個人やチームの能力を把握できる。 ・ゲームなどとおして、その種目の楽しさを味わいながら個人やチームの課題を設定し、その解決に向けての練習を工夫することができる。 ・個人やチームの能力に応じて作戦を立て、持っている技能を最大限に活用してゲームを行うことができる。 | 10 | 行動観察 簡単な試合 学習カード スキルテスト |
| | 現代的なリズムのダンス | <ul style="list-style-type: none"> ・リズムに乗って体を動かす楽しさを知る。 ・グループで踊りを作り、踊る楽しさを知る。 | 6 | 行動観察 発表会 学習カード |
| 8 9 | 器械運動 ・ マット運動 ・ 跳び箱 | <ul style="list-style-type: none"> ・個々の技がよりよくできるように練習する。 ・仲間と協力して場の安全に留意して練習する。 | 8 | 行動観察 確認テスト 学習カード |
| | ソフトボール | <ul style="list-style-type: none"> ・種目の特性を理解し、ゲームなどとおして、その種目の楽しさを味わうことができる。 ・個人やチームの課題を設定し、解決に向けての練習を工夫することができる。 ・個人やチームの能力に応じて作戦を立て、持っている技能を最大限に活用してゲームを行うことができる。 | 8 | 行動観察 簡単な試合 学習カード スキルテスト |
| | 保健編 1 章 健康な生活と病気の予防① | <ul style="list-style-type: none"> ・病気や健康にはどのようなことが関わっているか理解する。 ・運動の効果と健康づくりのための運動の行い方を理解する。 ・健康のためには、食生活でどのようなことを気をつける必要があるか理解する。 ・休養、睡眠のとり方について理解する。 | 5 | 学習ノート 確認テスト |
| 10 | 保健実習 AED実習 | <ul style="list-style-type: none"> ・心肺蘇生法について基本的なことを学習し実習する。 | 1 | 行動観察 |

| | | | | |
|-------------------------|----------------------------|---|----|----------------------------------|
| | 陸上競技 長距離走 | <ul style="list-style-type: none"> 長距離走の基本動作を習得し、持久力を向上させる。 自己の能力に応じて目標を設定し、それに向けた練習をすることができる。 | 8 | 行動観察 記録会 学習カード |
| 11 ・ 12 ・ 1 | 柔道 | <ul style="list-style-type: none"> 基本的な技能を身に付けるとともに、相手を尊重し安全に留意して学習を行うことができる。 基本動作の習得をとおして、柔道の楽しさを味わいながら個人の課題を設定し、その解決に向けての練習を工夫することができる。 | 6 | 行動観察 学習カード スキルテスト |
| | サッカー バスケットボール バレーボール | <ul style="list-style-type: none"> 種目の特性を理解し、ゲームなどをとおして、その種目の楽しさを味わうことができる。 個人やチームの課題を設定し、解決に向けての練習を工夫することができる。 個人やチームの能力に応じて作戦を立て、持っている技能を最大限に活用してゲームを行うことができる。 | 15 | 行動観察 簡易ゲーム 学習カード スキルテスト |
| | 保健編2章 心身の発達と心の健康 | <ul style="list-style-type: none"> 体の各器官がどのように発育、発達するか理解する。 呼吸器や循環器の発達や運動がどのように関わっているか理解する。 思春期の体の変化や月経、射精、妊娠の仕組みについて理解する。 思春期における性意識の変化と性に関わる適切な行動の選択について理解する。 心と脳の関係と知的機能・情意機能の発達について理解する。 自己形成について理解し、自分の考えを深める。 | 9 | 学習ノート 確認テスト |
| 2 ・ 3 | 卓球 バドミントン | <ul style="list-style-type: none"> 種目の特性を理解し、個人やチームの能力を把握することができる。 ゲームなどをとおして、その種目の楽しさを味わいながら個人やチームの課題を設定し、その解決に向けての練習を工夫する。 個人やチームの能力に応じて作戦を立て、持っている技能を最大限に活用してゲームを行うことができる。 | 10 | 行動観察 簡易ゲーム 学習カード スキルテスト |
| | 体育理論 運動やスポーツの多様性 | <ul style="list-style-type: none"> スポーツやその関わり方、楽しみ方などが多様であることについて、学んだ知識を活用し、自分の課題を見つけ、よりよい解決に向けて考え、さまざまな方法で他の人に伝える。 | 3 | 確認テスト 学習ノート |

計105時間 (50分授業)

7 課題・提出物等

- 各单元ごとに保健体育ノートを課題として提出する。
- 各单元終了後に、配られた学習カードに反省、成果、結果等の必要項目を記入し、提出する。
- 保健授業後、小テストを行う。

8 担当者からの一言

体力の向上は生涯を通じた健康の保持増進に繋がります。とは言っても若い生徒の皆さんにはピンとこないかもしれません。しかし、年齢を重ねるにつれて、運動やスポーツに親しむ習慣によって体力の差はどんどん開いていきます。健康寿命にも大きく影響すると考えられます。人生を豊かにするためにも体育授業を通して運動やスポーツをすることの意義や楽しさを感じてほしいと思います。

(担当 藤田・山田)