

教科	保健体育	学年	第3学年(男子)	担当者	関小田 幸大
----	------	----	----------	-----	--------

【教科目標】

体育や保健の見方・考え方について学び、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習を通して、心と体を一体としてとらえ、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させる資質や能力を育てる。

【使用教科書・教材等】

新編 新しい保健体育(東京書籍) 中学体育実技(学研)

【学習計画】

学期	単元名	学習のねらい(身につけたい力)	授業使用物
1 学 期	<ul style="list-style-type: none"> ○オリエンテーション ・授業の進め方、評価、約束事 ○集団行動・体づくり運動 ・集合、整列、姿勢、礼 等 ○新体力テストの実施 計測・測定方法、体力との関係の理解 ○バレーボール ・ネット際の攻防、3段攻撃 ○陸上競技 ・リレー、記録測定 ○水泳理論 	<ul style="list-style-type: none"> ○授業についての説明をしっかりと確認し、約束事を守り、安全に積極的・意欲的に活動できるようにする。 ○集団行動を通じて、規律とマナーを身につける。 自分や仲間の体や心の状態に気付き、体を動かす楽しさを味わう。 ○各自の目標を設定し、記録に挑戦する意欲を身につける。 各自の体力を知り、課題解決方法を身につける。 ○ネット際の個人技能(アタック、ブロックなど)を習得する。 自己の役割に応じた技能を発揮し、仲間と共に協力し、3段攻撃を行う。 簡易ルールや練習方法を理解する。 ○各自の技能に応じた練習方法を身につけ、記録に挑戦する。 ルールや計測・測定方法を理解する。 ○理論的に水泳を理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・指定の体操服 ・ファイル ・教科書 ・副読本 ・自己評価用紙 ・説明プリント ・記録用紙 ・種目に必要な器具一式 ・ビデオ教材
2 学 期	<ul style="list-style-type: none"> ○体育祭の集団演技 ○ソフトボール ・投げる、打つ、走る等の基本技能の向上 ・簡易ゲーム ○器械運動(マット運動) ・連続技 ○陸上競技 ・長距離走、駅伝 ○武道(柔道) ・投げ技(手技、足技、腰技) ・簡易試合 ○体育に関する知識 	<ul style="list-style-type: none"> ○集団規律、互いに指摘、支援し合い協力して活動する。 ○運動の練習方法を理解し、投げる、打つ、走るなどの基本技能を身に付ける。 ○運動の名前や技のポイントを理解し、連続技が組み立てられる。 ○自分の特性に応じて、ペースを守って走ることができる。 ○自己の得意技を見つける。 相手の技能を理解し尊重しながら、簡易試合ができるようにする。 ○運動の歴史、技能名、ルールなどを理解する。 	
3 学 期	<ul style="list-style-type: none"> ○バスケットボール ・カットインプレー、スクリーンリバウンド、速攻 ・簡易ゲームのルール ○サッカー ・基本技能と作戦 ○体力を高める運動 ○体育に関する知識 ○体育理論 	<ul style="list-style-type: none"> ○基本技能(リバウンド、スクリーンアウト、速攻など)の向上 味方どうして協力して攻撃する方法を理解する。 簡易ルールや練習方法を理解する。 ○作戦に応じて基本技能(ドリブル、パス、シュート)を使い分ける。 ○今の体力を向上させる方法を身につける。 ○運動の歴史、技能名、ルールなどを理解する。 ○文化としてのスポーツの意義について理解する。 	
保 健	<ul style="list-style-type: none"> ○健康な生活と病気の予防 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康の保持増進には環境適応能力がある。的確な意志決定や行動選択ができるようにする。 	

【評価の観点と評価の方法】(通知表のつけ方)

評価の観点	体育への関心・意欲・態度 25%	体育的思考・判断 25%	体育の技能・表現 25%	体育についての知識理解 25%
評価の観点の趣旨	学習に意欲的に取り組み、協力して楽しみながら運動できるか	運動のしかたを考え、工夫し学習できるか	各種の運動の特性に応じた技能を身につけているか	運動や健康・安全の基礎を理解し、知識を身につけているか
評価の方法	意欲的な参加状況 服装、忘れ物、提出物、身だしなみ等	各種取り組みの確認 自己評価の内容と提出状況 ファイルやレポート 定期テスト	各種実技テスト	定期テスト ファイルやレポート 各種運動の知識

【授業の受け方・学習のポイント】(担当の先生からのアドバイス)

- ・基本的な生活習慣を身につけ、授業を休まない、見学しないことが大切。
- ・技能を高め、目標を達成するため、粘り強く工夫した練習を行う。
- ・運動のルールやマナーを理解し、安全に注意して運動を行う。
- ・仲間と協力支援しながら、しっかり活動し運動を楽しむ。
- ・約束事、提出物等の期限を厳守する。

【家庭学習の進め方・学習のポイント】(担当の先生からのアドバイス)

- ・学習したことが、日常生活やクラブ活動等に生かせるように意識する。
- ・体力の向上と健康について気をつける。
- ・教科書、副読本、新聞等を読み知識を身につける。
- ・様々なスポーツを観戦する。

