

教科	保健	科目	保健体育	単位	3	年次	2年次
使用教科書	東京書籍「新編 新しい保健体育」						
副教材	東京書籍「新編 新しい保健体育」学習ノート						

1. 担当者からのメッセージ (学習方法等)

よりよく生活していくためには、健康であることがとても大切です。損なって初めて気づく、ありがたさというのが健康です。毎日の生活の中で意識的に健康の保持増進を図っていくことが大切です。保健の授業では、健康に対する基本的な考え方や知識をもとに、実生活の中で課題を解決したり、健康的な生活を実践したりできるようにすることを目指します。自分や家族、友達など身近な人々の生活と結びつけながら、学習を進めていきましょう。健康問題に関するさまざまな情報が飛び交う中、正しい情報を取り入れ、適切な意思決定・行動選択ができるようになることが重要です。(保健)
中学生になり2年目となりました。色々なスポーツを体験することで、自分が興味を持てる競技やスポーツにも出会えることでしょう。個人競技にて自己の記録更新に努力したり、チームプレーにて互いに助けあったり、体育では他の学習とは違った経験が出来ます。楽しんでプレーすることが上達への第一歩。仲間と共に色々な運動をすることで、健康・安全思想を高めていきましょう。(体育)

2. 学習の到達目標

体力の向上に努め、心身の調和的発達を図ります。運動の楽しさや喜びを味わうために、自己や仲間の安全を考え、互いに協力した行動を目指します。公正に取り組み、お互い尊重する心をも身につけます。健康と環境や傷害、疾病との関わり、スポーツの効果について意欲的に学ぶ姿勢を大切にします。各種目、スポーツの特性を理解し、色々な競技を体験することで、これからの自己に適合したライフスポーツの探究を目指します。

3. 学習評価(評価規準と評価方法)

(保健)

観点	a: 知識・技能	b: 思考・判断・表現	c: 主体的に学習に取り組む態度
観 点 の 主 旨	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、個人生活を中心とし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。	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、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。	健康な生活と疾病の予防、心身の機能の発達と心の健康、傷害の防止、健康と環境について、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。
評 価 方 法	定期テスト レポート 授業態度の観察 ノート提出	定期テスト レポート 授業態度の観察 ノート提出	定期テスト レポート 授業態度の観察 ノート提出

(体育)

観点	a: 知識・技能	b: 思考・判断・表現	c: 主体的に学習に取り組む態度
観 点 の 主 旨	運動の合理的な実践に関する具体的な事項や理論について理解しているか。運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けているか。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、課題を見つけて出しているか。	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か。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か。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、積極的に運動しているか。また、協力して運動しているか。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か。
評 価 方 法	実技テスト レポート 授業態度の観察	実技テスト レポート 授業態度の観察	実技テスト レポート 授業態度の観察

4. 学習の活動

(保健)

月	単元	学習内容	主な評価の観点			単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c		
4	健康と環境	環境への適応能力 活動に適する環境 室内の空気・飲料水の衛生的管理 生活に伴う廃棄物の衛生管理				交通事故や自然災害などによる傷害の発生要因、交通事故などによる傷害の防止、自然災害による傷害の防止、応急手当の意義と実際について理解し、心肺蘇生法などの技能を身に付けている。 傷害の防止に関わる事象や情報から自他の課題を発見し、危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を考え、適切な方法を選択し、それらを他者に伝えたり、表したりしている。 傷害の防止について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組もうとしている。	
5							
6							
7	傷害の防止	傷害の発生要因 交通事故 犯罪被害の防止 自然災害 心配蘇生・応急手当	○	○	○	交通事故や自然災害などによる傷害の発生要因、交通事故などによる傷害の防止、自然災害による傷害の防止、応急手当の意義と実際について理解し、心肺蘇生法などの技能を身に付けている。 傷害の防止に関わる事象や情報から自他の課題を発見し、危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を考え、適切な方法を選択し、それらを他者に伝えたり、表したりしている。 傷害の防止について関心をもち、主体的に学習の進め方を工夫・調整し、粘り強く学習に取り組もうとしている。	授業観察・ディスカッション・レポート・テスト・提出物
8							
9							
10							
11							

12	運動やスポーツが心身の発達に与える効果と安全	スポーツが心身・社会に及ぼす影響				運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、理解している。運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて、思考・判断するとともに、それらを他者に伝えたり、表したりしている。
1						
2						
3						

※表中の観点について a:知識・技能 b:思考・判断・表現 c:主体的に学習に取り組む態度

※原則として一つの単元 題材 で全ての観点について評価することとなるが、学習内容・小単元の各項目において重点的に評価を行う観点 もしくは重み付けを行う観点 について○を付けている。

(体育)

月	単元	学習内容	主な評価の観点			単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c		
4	体づくり運動	オリエンテーション 運動 体づくり				運動特性を理解し、効率の良いボディコントロールを目指す。ゲーム性の高い運動をすることで参加意欲を高める。運動不足によるストレス要因が、心身への影響につながることを実感する。	実技テスト ポート 度の観察 し 授業態
5	球技(ゴール型)	バスケットボール				球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとしているか。作戦などについての話し合いに積極的に参加しているか。球技の特性に応じてゲームを展開するための技能や仲間との連携した動きを身につけているか。技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解しているか。	
6							
7	機械体操 水泳	跳び箱 マット運動 水泳				跳び箱技術の発展経過を理解するとともに、跳躍技術に対する調整力の技術習得。事故防止の心得や救助法を含む水上安全を理解しているか。各種泳法の技能を高め記録向上の喜びや競泳の楽しさを味わっているか。また、水中環境の特徴を利用し、体力を高めたり、体の調子を整える運動を習得できたか。	
8							
9	球技(ベース型)	キックベース	○	○	○	規則を守り、友達と励ましあって練習やゲームに取り組もうとする。キックベースに合った攻めかたを知り、簡単な作戦を立ててゲームに生かしている。ボールをフェアグラウンド内に蹴ったり、けられたボールをとったり投げたりすることができる。ベースに向かって走りかけ抜けることができる。	
10							
11	ダンス	創作ダンス フォークダンス				リズムに合わせて、個人の最大限のパフォーマンスを表現する。また、伝承された踊りをみんなと一緒に踊り、発生した地域や文化を理解する。日本の民謡や外国のフォークダンスの文化的背景や動きの特徴を理解し、みんな楽しく踊って交流する。	
12							
1	陸上競技	長距離走 ハードル走				生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた陸上競技(長距離走)を継続するための取り組み方を工夫している。ペースの変化に対応するなどして走ることができる。ハードル走の特性に応じた技能を身につけ、競争したり、自分の目標記録に挑戦したりすることができる。	
2							
3	ニュースポーツ体験	モルック フラバールパレー				特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけているか。ニュースポーツの誕生に関わる歴史を理解しているか。ニュースポーツの普及に対して、考察できているか。	

※表中の観点について a:知識・技能 b:思考・判断・表現 c:主体的に学習に取り組む態度

※原則として一つの単元 題材 で全ての観点について評価することとなるが、学習内容・小単元の各項目において重点的に評価を行う観点 もしくは重み付けを行う観点 について○を付けている。