

1.教科の目標

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。

- (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。
- (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。
- (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。

2.学習の到達目標・使用教材・評価方法

到達 目標	知識 技能	<p>【体育分野】 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けようとする。</p> <p>【保健分野】 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ようとする。</p>
	思考 判断 表現	<p>【体育分野】 運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えようとする。</p> <p>【保健分野】 健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えようとする。</p>
	主体的に学習に 取り組む態度	<p>【体育分野】 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をしようとする。</p> <p>【保健分野】 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとする。</p>
使用 教材	新しい保健体育、中学保体資料ノート2年、その他（配布プリント・ロイロノート）	
評価 方法	定期テスト、単元テスト、技能テスト、振り返りシート、レポート、授業の様子	

3.学習のてびき

学習方法	学校	<p>《授業》</p> <ul style="list-style-type: none">・グラウンドや体育館など活動場所へ開始時間までに集合して整列しよう。・運動の面白さを味わうことができるように、積極的に参加しよう。・仲間と協力して課題に取り組みよう。・グループ活動や準備、片付けなどを通して、仲間と協力して行動する態度を身につけよう。・ルールやマナーを守り、安全に活動ができるようにしよう。・わかったことや疑問に思ったことなどを積極的に発表しよう。・自分にあつためあてや課題を選択しながら、努力と工夫をしよう。・提出期限を守りよう。 <p>《レポート》</p> <ul style="list-style-type: none">・資料やインターネットを利用して調べ、自分の考えも含めてまとめよう。・工夫して見やすくしよう。 <p>《テスト》</p> <ul style="list-style-type: none">・学習した内容を教科書、保体資料ノート、配布プリントを使って復習しよう。
	家庭	<ul style="list-style-type: none">・授業を思い返しながら、学習した内容を復習しよう。・課題に取り組みよう。・様々なスポーツを観戦したりして、スポーツに興味をもちよう。

4.年間計画

学期	月	学習内容	学習のねらい
一学期	4月	○体づくり運動 ○集団行動 ○新体力テスト	・自己の体に関心を持ち、体ほぐしをしたり、体力を高めたりする。 ・規律を守り、集団で行動できるようにする。 ・自己の体力や能力を知り、個々の体力向上に役立てるようにする。
	5月	○陸上競技 ○球技	・課題をもって運動を行い、技能を高め、技ができるように努力する。 ・チームや自己の能力に適した課題をもって運動し、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。
	6月	○球技 ○傷害の防止	・チームや自己の能力に適した課題をもって運動し、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。 ・傷害の防止について理解を深める。
	7月	○水泳 ○運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方	・資料から様々な泳法や、着衣時の泳法について理解する。 ・運動やスポーツが心身や社会に与える効果や安全な行い方について理解を深める。
二学期	9月	○傷害の防止 ○器械運動	・傷害の防止について理解を深める。 ・課題をもって運動を行い、技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。
	10月	○球技 ○武道	・チームや自己の能力に適した課題をもって運動し、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。 ・礼法を身につけ、安全に基本動作を正しく行えるようにする。
	11月	○ダンス ○運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方	・リズムに合わせて、楽しんで踊ることができるようにする。 ・運動やスポーツが心身や社会に与える効果や安全な行い方について理解を深める。
	12月	○陸上競技	・自分に合った記録やペースで完走できるようにする。
三学期	1月	○球技 ○健康な生活と疾病の予防②	・チームや自己の能力に適した課題をもって運動し、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。 ・生活習慣病などの健康に関わる事象について理解を深める。
	2月	○球技 ○健康な生活と疾病の予防②	・チームや自己の能力に適した課題をもって運動し、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。 ・生活習慣病などの健康に関わる事象について理解を深める。
	3月	○球技 ○体づくり運動	・チームや自己の能力に適した課題をもって運動し、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。 ・自己の体に関心を持ち、体ほぐしをしたり、体力を高めたりする。

1.教科の目標

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。

- (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。
- (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。
- (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。

2.学習の到達目標・使用教材・評価方法

到達 目標	知識 技能	<p>【体育分野】 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けようとする。</p> <p>【保健分野】 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ようとする。</p>
	思考 判断 表現	<p>【体育分野】 運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えようとする。</p> <p>【保健分野】 健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えようとする。</p>
	主体的に学習に 取り組む態度	<p>【体育分野】 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しもうとする。</p> <p>【保健分野】 生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとする。</p>
使用 教材	新しい保健体育、中学保体資料ノート3年、その他（配布プリント・ロイロノート）	
評価 方法	定期テスト、単元テスト、技能テスト、振り返りシート、レポート、授業の様子	

3.学習のてびき

学習方法	学校	<p>《授業》</p> <ul style="list-style-type: none">・グラウンドや体育館など活動場所へ開始時間までに集合して整列しよう。・運動の面白さを味わうことができるように、積極的に参加しよう。・仲間と協力して課題に取り組みよう。・グループ活動や準備、片付けなどを通して、仲間と協力して行動する態度を身につけよう。・ルールやマナーを守り、安全に活動ができるようにしよう。・わかったことや疑問に思ったことなどを積極的に発表しよう。・自分にあつためあてや課題を選択しながら、努力と工夫をしよう。・提出期限を守りよう。 <p>《レポート》</p> <ul style="list-style-type: none">・資料やインターネットを利用して調べ、自分の考えも含めてまとめよう。・工夫して見やすくしよう。 <p>《テスト》</p> <ul style="list-style-type: none">・学習した内容を教科書、保体資料ノート、配布プリントを使って復習しよう。
	家庭	<ul style="list-style-type: none">・授業を思い返しながら、学習した内容を復習しよう。・課題に取り組みよう。・様々なスポーツを観戦したりして、スポーツに興味をもちよう。

4.年間計画

学期	月	学習内容	学習のねらい
一学期	4月	○体づくり運動 ○集団行動 ○新体力テスト	・自己の体に関心を持ち、体ほぐしをしたり、体力を高めたりする。 ・規律を守り、集団で素早い行動ができるようにする。 ・自己の体力や能力を知り、個々の体力向上に役立てるようにする。
	5月	○陸上競技 ○球技	・課題をもって運動を行い、技能を高め、技ができるように努力する。 ・チームや自己の能力に適した課題をもって練習を工夫し、役割を自覚して責任を果たし、作戦を生かしたゲームができるようにする。
	6月	○球技 ○健康と環境	・チームや自己の能力に適した課題をもって練習を工夫し、役割を自覚して責任を果たし、作戦を生かしたゲームができるようにする。 ・健康と環境について理解を深める。
	7月	○水泳 ○文化としてのスポーツの意義	・資料から様々な泳法や、着衣時の泳法について理解する。 ・文化としてのスポーツの意義について理解を深める。
二学期	9月	○健康と環境 ○器械運動	・健康と環境について理解を深める。 ・課題をもって運動を行い、技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。
	10月	○球技 ○武道	・チームや自己の能力に適した課題をもって練習を工夫し、役割を自覚して責任を果たし、作戦を生かしたゲームができるようにする。 ・礼法を身につけ、安全に基本動作を正しく行えるようにする。
	11月	○ダンス ○文化としてのスポーツの意義	・リズムに合わせて、楽しんで踊ることができるようにする。 ・文化としてのスポーツの意義について理解を深める。
	12月	○陸上競技	・お互い励まし合いながら練習を工夫し、自分に合った記録やペースで完走できるようにする。
三学期	1月	○球技 ○健康な生活と疾病の予防③	・チームや自己の能力に適した課題をもって練習を工夫し、役割を自覚して責任を果たし、作戦を生かしたゲームができるようにする。 ・感染症などの健康に関わる事象について理解を深める。
	2月	○球技 ○健康な生活と疾病の予防③	・チームや自己の能力に適した課題をもって練習を工夫し、役割を自覚して責任を果たし、作戦を生かしたゲームができるようにする。 ・健康を守る社会のしくみについて理解を深める。
	3月	○選択	・各種目の特徴を理解し、仲間とともに安全に取り組むことができるようにする。 ・自己に適した運動を見つけ、楽しみながら運動に親しむことができるようにする。