

教科	科目	学年	単位数
保健体育	体育	中2	3

## 1. 学習目標

### 体育分野

・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。

－ 体づくり運動に積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たすことや、健康・安全に気を配ることができるようにする。

－ 体づくり運動の意義と行い方、運動の計画の立て方などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

### 保健分の観点と方法

・個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

## 2. 評価の観点（体育）

知識・技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力・人間性等
<p>各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康 - 安全について理解すると共に、技能を身につけるようにする。</p> <p>各種の運動におけるルール理解や基本的な動作の確認、授業中のテストなどにより総合的に評価する。</p>	<p>自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断すると共に、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>新体力テストの結果や運動でのまとめとなるゲーム中の参加状況を総合的に評価する。</p>	<p>生涯に渡って継続し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、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。</p> <p>授業内容を振り返り、個人やチームの成長を確認し、評価することで、それを次回の授業に繋げようとする姿勢など総合的に評価する。</p>

## 評価の観点（保健）

知識・技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力・人間性等
<p>個人及び社会生活における健康 - 安全について理解を深めると共に技能を身につけるようにする。</p> <p>定期試験や実技試験により授業での内容を理解する力を総合的に評価する。</p>	<p>健康についての自他や社会全体の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し、判断すると共に、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。</p> <p>定期試験やレポート等課題提出により授業での内容を理解し、説明できる力を総合的に評価する。</p>	<p>普段の生活に密接した内容を学ぶことで自らの健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、社会全体の動きを理解することで明るく豊かで活力ある生活を営むための態度を養う。</p> <p>授業への参加状況や課題への取り組みの状況により総合的に評価する。</p>

### 3. 学習内容（以下参照）

#### 4. その他

- ・種目・競技の専門的な学習よりも、基礎的な体力の向上と運動能力の向上に重きを置く。
- ・体づくり運動・集団行動・体育理論においては年間を通じて行うものとする。
- ・種目・内容に関しては設備の都合上、学年の内容や時期替えて実施することがある。
- ・同一学年だけでなく他学年と合同で協力して授業・体育行事を行う。
- ・次年度はリーダーとなれるよう行事の補佐役として活動する。
- ・水泳に関しては短期集中講座をもってあて、シラバスは別に定める。

#### 体育分野

	単元・試験	授業内容	その他（到達目標・学習のポイントなど）
器械運動	マット運動 きれいな倒立とスムーズな回転の演技を評価する。	倒立 倒立前転 後転倒立	・それぞれの技をきれいに、正確に演技する。 ・互いに協力して補助をする。 ・きれいな倒立とスムーズな回転の演技をする。
器械運動	跳び箱 少しでも高い段で安全に跳ぶことを評価する。	台上前転	・着地まで安全にできるように技術を向上させる。 ・互いに協力して補助をする。 ・少しでも高い段で安全に跳ぶ。
陸上競技	陸上競技 記録の向上を評価する。	短距離・中距離 跳躍	・より速く走る、より長く走り続ける、より高く跳ぶ、より遠くに跳ぶなど身に付けた技術を記録の向上につなげる。
球技	バスケットボール ドリブル・シュートの技術を評価する。	ボールハンドリング ドリブル オーバーハンドレイアップシュートの基礎 パスの技術 簡易ゲーム	・ボール扱いに慣れ、ボールを操作しながら自由に動きまわる・正しく止まる。 ・ドリブルとシュートの技術を合わせて使う。 ・上手にパスが出来るようにする。
球技	サッカー コントロールされたパスを評価する。	ボールコントロール キック パスの技術 簡易ゲーム	・ボール扱いに慣れ、ボールを操作しながら自由に動きまわる。 ・パスの基礎技術を身につける。
球技	バレーボール パスの技術の習熟を評価する。	パスの技術の習熟 オーバーハンド・アンダーハンドパスの応用(3段攻撃への発展) サーブの応用	・ボールに慣れる。 ・チーム内でのパスの技術を向上する。 ・サーブを狙って打てるようにする。

球技	ソフトボール 強い打球の捕球・送球を評価する。	捕球 送球 バッティング 簡易ゲーム	・グローブの使い方を身につける。 ・ソフトボールのルールを覚える。 ・実践の中で捕球・送球を行う。 ・ボールを正しく捉えて打つ。
武道	柔道 受身の技術の修得を評価する。	後方受身・横受身の復習 前回り受身 寝技(袈裟固め・横四方固め・上四方固め)	・受身の技術を向上させる。 ・前回り受身の技術を身につける。 ・寝技の技術を修得する。 ・寝技での攻防をする。
ダンス	ダンス 仲間との協力と発表を評価する。	ダンス	・課題を覚え踊れるようにする。 ・互いに協力して発表できるようにする。

#### 保健分野

	単元・試験	授業内容	その他（到達目標・学習のポイントなど）
	生活習慣の健康への影響 それぞれの内容の理解をレポートやテストなどで評価する。	・生活習慣病・がんとその予防(早期発見とその回復含む) ・喫煙・飲酒・薬物乱用と健康(きっかけと対処含む) * 状況に応じて内容を精選して実施する	・生活のしかたと病気について議論できるようにする。心臓病や脳卒中、がんなどは大人になってから注意すべきと思われがちだが、中学校からの生活習慣が大きく関係していることに気づく。 ・自分や家庭の生活習慣で気になることを皆んなで話し合う機会を持てるようにする。