

1年 年間授業時数：105時間

2年 年間授業時数：105時間

3年 年間授業時数：105時間

学習目標

- 1 いろいろな運動を経験し、楽しさやおもしろさを知る。
- 2 健康や安全に気をつけながら、友だちと協力して練習やゲームをする。
- 3 自他の健康や安全に関わることに関心を持ち、身の周りに起こる事象についてのメカニズムを知り、自己の生活に生かしていく。

第1学年の目標（何ができるようになるか）

- 1 いろいろな運動の基礎・基本を学ぶ。 [知識・技能] [思考・判断・表現]
- 2 練習やゲームの方法を工夫して、友だちと協力して取り組む。 [主体的に学習に取り組む態度]
- 3 健康についてや大人のからだや心に近づいていく様子、中学生の特徴を知る。 [知識・技能] [思考・判断・表現]

第2学年の目標

- 1 いろいろな運動の基礎・基本を学ぶ。 [知識・技能] [思考・判断・表現]
- 2 練習やゲームの方法を工夫して、友だちと協力して互いに教え合う。 [主体的に学習に取り組む態度]
- 3 傷害の発生と防止や生活習慣と健康の関わりについて知り、自己の生活に生かす。 [知識・技能] [思考・判断・表現]

第3学年の目標

- 1 いろいろな運動の基礎・基本を学ぶ。 [知識・技能] [思考・判断・表現]
- 2 練習やゲームの方法を工夫して、友だちと協力して互いに教え合う。 [主体的に学習に取り組む態度]
- 3 健康と環境の関わりや感染症の予防について知り、自己の生活に生かす。 [知識・技能] [思考・判断・表現]

学習方法（どのように学ぶか）

「身につける、生かす、深める」

- 1 基本的な動きを身につけるための基礎練習やドリルゲームをする。【主体的な学び】
- 2 基礎的な技能（技や動き方）をゲームや発表・競技にどのように生かしていくか、課題を考えた練習や課題ゲームをする。【深い学び】
- 3 ゲームや発表・競技をする中で、気がついたことや直すところを考え、さらに練習に取り組み、ゲームや発表・競技につなげていく。【深い学び】
- 4 保健分野では問題を読み、答えを予想する。なぜ、そのように考えたのか意見を出し合う。説明の「お話」を読み、理解を深める。【深い学び】【対話的な学び】

評価の観点・方法

以下の観点に基づき、生徒一人一人の活動をしっかりと単元ごとに評価を行います。

観点① 知識・技能	各種の運動の特性や学び方、技能の構造、合理的練習の仕方を理解するとともに、競技や審判の方法を理解し、知識を身につけている。健康・安全の意義を理解し、課題解決の基礎的事項を理解し、知識を身につけている。			
観点② 思考・判断・表現	チームや自己の能力に適した課題の解決を目指して、ルール工夫や作戦・練習・ゲームを工夫している。自他の健康・安全に関する課題解決を目指し、行動を適切に判断している。			
観点③ 主体的に学習に取り組む態度	各種の運動の楽しさや喜びを味わい、協力して練習やゲームに取り組み、健康・安全に留意して運動しようとする。健康で安全な生活を実践するために、自他の健康・安全に関心をもち、進んで学習に取り組もうとする。			
評価の方法\観点		①	②	③
授業観察		◎	◎	◎
期末考査		◎	◎	○
スキルチェック、実技テスト、発表		◎	◎	○
学習カード、提出物		○	◎	◎

表の◎は観点の中でもっとも重視するところです。

学習のアドバイス

- ◇ 運動にふさわしい服装・身だしなみを心がけよう。
- ◇ 授業での約束事を知って、進んで取り組もう。
- ◇ 友だちと協力して準備・後片づけ、練習をしよう。
- ◇ 自分や友だちの安全に気をつけて運動しよう。
- ◇ 見通しをもって時間を意識して動こう。
- ◇ うまくできないときは教科書をみて、それでも解決しないときは先生に聞こう。

第1学年の学習内容（何を学ぶか）

教科書： 新版中学校保健体育（大日本図書）

副教材： 図説中学校体育実技（大日本図書）

	具体的な学習到達目標 (何ができるようになるか)	学習内容／教材 (何を学ぶか)	特記事項・他
1 学 期	[知識・技能] ・スタートの方法や中間疾走を理解して取り組む。 ・バトンパスの方法を知る。 ・自分の体力を知る。 ・体育祭の進め方を知り、各競技の練習に取り組む。 [思考・判断・表現] ・基本の動きの目的を理解し、実践することができる。 ・基本の動きを身につけ、集団で円滑に動ける。 ・自分の体力を知る。 [主体的に学習に取り組む態度] ・動きを覚え、協力して取り組む。 ・動きの基本を身につける。 ・基本の動きを身につけ、集団で円滑に動ける。	集団行動 スポーツテスト 体づくり運動 陸上競技（短距離走・リレー） 体育祭練習 ダンス 水泳（水中運動・クロール）	
2 学 期	[知識・技能] ・動きの基本を身につける。 ・切り返し系の技を2つ以上身につける。 ・回転系の技を3つ以上身につける。 ・自分の身体について知り、理解する。 [思考・判断・表現] ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 ・自分の身体について知り、理解する。 [主体的に学習に取り組む態度] ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 ・自分の身体について知り、理解する。	水泳（クロール） バスケットボール ソフトボール サッカー 器械運動（跳び箱） 保健分野・体育理論	
3 学 期	[知識・技能] ・自分の楽なペースを身につける。 ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 ・ゲームに必要な技能と簡単なルールを覚える。 ・自分の身体について知り、理解する。 [思考・判断・表現] ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 ・ゲームに必要な技能と簡単なルールを覚える。 [主体的に学習に取り組む態度] ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 ・自分の身体について知り、理解する。	持久走 バレーボール 武道 保健分野・体育理論	

第2学年の学習内容

教科書：新版中学校保健体育（大日本図書）
副教材：図説中学校体育実技（大日本図書）

	具体的な学習到達目標	学習内容／教材	特記事項・他
1 学 期	[知識・技能] ・基本の動きを身につけ、集団で円滑に動ける。 ・自分の体力を知る。 ・体育祭の進め方を知り、各競技の練習に取り組む。 [思考・判断・表現] ・自己の記録の向上のための基本技能を身につける。 [主体的に学習に取り組む態度] ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 [知識・技能] ・動きの基本を身につける。	集団行動 スポーツテスト 体育祭練習 陸上競技（短距離走・ハードル走） バレーボール ソフトボール 水泳（背泳ぎ）	
2 学 期	[知識・技能] ・動きの基本を身につける。 [思考・判断・表現] ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 [主体的に学習に取り組む態度] ・動きを覚え、協力して取り組む。 ・基本の動きの目的を理解し、実践することができる。 [知識・技能] ・切り返し系の技を3つ以上身につける。 ・回転系の技を4つ以上身につける。 [主体的に学習に取り組む態度] ・身近な環境について関心をもち、生活に合わせて考えることができる。	水泳（背泳ぎ） サッカー ダンス 体づくり運動 器械運動（跳び箱・マット） 保健分野・体育理論	
3 学 期	[知識・技能] ・自分の楽なペースを維持しながら記録の向上を目指す。 [主体的に学習に取り組む態度] ・簡単なゲームができる。 ・身近な環境について関心をもち、生活に合わせて考えることができる。	持久走 球技ゲーム 武道 保健分野・体育理論	

第3学年の学習内容

教科書：新版中学校保健体育（大日本図書）

副教材：図説中学校体育実技（大日本図書）

	具体的な学習到達目標	学習内容／教材	特記事項・他
1 学 期	[知識・技能] ・基本の動きを身につけ、集団で円滑に動ける。 ・自分の体力を知る。 [思考・判断・表現] ・体育祭の進め方を知り、各競技の練習に取り組む。 ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 [主体的に学習に取り組む態度] ・自己の記録向上のための技能を身につける。 [知識・技能] ・動きの基本を身につける。 ・礼法と基本動作を身につける。 ・健康と環境や感染症の予防を理解し、健康な生活を考える。	集団行動 スポーツテスト 陸上競技 (短距離走・走り高跳び) 体育祭練習 バスケットボール ソフトボール サッカー(フットサル) 水泳(平泳ぎ) 武道(柔道・剣道・薙刀) 保健分野・体育理論	
2 学 期	[知識・技能] ・動きの基本を身につける。 ・礼法と基本動作を身につける。 [主体的に学習に取り組む態度] ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 [知識・技能] ・基本の動きの目的を理解し、実践することができる。 ・健康と環境や感染症の予防を理解し、健康な生活を考える。	水泳(バタフライ) 武道(柔道・剣道・薙刀) サッカー(フットサル) バスケットボール 体づくり運動 保健分野・体育理論	
3 学 期	[主体的に学習に取り組む態度] ・基本の動きを身につけ、簡単なゲームができる。 [知識・技能] ・自分の楽なペースを維持しながら記録の向上を目指す。 [主体的に学習に取り組む態度] ・簡単なゲームができる。 ・健康と環境や感染症の予防を理解し、健康な生活を考える。	サッカー(フットサル) 持久走 球技ゲーム 保健分野・体育理論	