

## 第3学年 保健体育科 1年間の学習と評価について

春日部市立豊春中学校

### 1. 学習目標

#### 【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、運動、体力の必要性を理解し、基本的な技能を身に付ける。
- 運動についての自分の課題や仲間の課題を発見し、解決に向けて思考し判断するとともに、自分や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。
- 競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、協力する、役割を果たす、違いを認めるなどの意欲をもち、健康・安全を確保して運動に取り組むことができる。

#### 【保健分野】

- 生活の中の健康・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ている。
- 健康についての自他の課題を発見し、解決に向けて思考し、判断するとともに、他者に伝えることができる。
- 生涯を通し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む態度が身についている。

### 2. 年間の授業計画と学習のねらい

学	学習内容	学習のねらい
1 学 期	<b>【体育】</b> ・体づくり運動 ・陸上競技 ・器械運動 ・水泳 ・球技（バレーボール・バドミントン・ソフトボール）  <b>【保健】</b> ・健康な生活と病気の予防	<b>「体づくり運動」</b> ・心と体をほぐし、体を動かす楽しさや心地よさを味わおう。 ・「体の柔らかさ」「巧みな動き」「力強い動き」「動きを持続する力」の4つをバランスよく高めよう。 ・仲間と協力し、積極的に取り組もう。 <b>「陸上」</b> ・技術の名称や行い方を知り、競争や記録会に用いよう。 ・滑らかな動きやタイミングを合わせた動き、スピードを維持した走り、ピッチ・ストライドなど種目に合わせた動きができるようにしよう。 <b>「器械運動」</b> ・特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動によって高まる体力について知ろう。 ・マット運動や跳び箱運動において、基本的な技をなめらかに安定して行ったり、条件を変えた技や発展技を行ったり、それらの技を構成し演技しよう。 <b>「水泳」</b> ・特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動によって高まる体力について知ろう。 ・クロールや平泳ぎで、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち安定したペースで長く泳いだり速く泳いだり、背泳ぎやバタフライでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳ごう。 <b>「球技」</b> ・球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動によって高まる体力について知ろう。 ・安定したボール操作やその他の用具の操作、立ち位置や空いた場所に関わる動きを身に付けよう。 ・提示された動きのポイントを踏まえ、自分やチームの課題に応じた練習の仕方を選ぼう。 ・作戦などの話し合いに参加したり、仲間への助言・相手へのマナーを意識したりして、積極的に球技に取り組もう。 <b>「保健」</b> ・人間の健康は主体と環境によって成り立ち、疾病を予防するにはそれに関わる要因があることについて理解しよう。 ・健康な生活と疾病の予防に関する課題を発見し、解決に向け、考え判断し、仲間に伝えられるようにしよう。

2 学 期	<p>【体育】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>球技 (バレーボール・バドミントン・ソフトボール・卓球・ハンドボール・ソフトテニス)</li> <li>陸上</li> <li>武道</li> <li>ダンス</li> </ul> <p>【保健】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康と環境</li> </ul>	<p>「球技」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動によって高まる体力について知ろう。</li> <li>安定したボール操作やその他の用具の操作、立ち位置や空いた場所に関わる動きを身に付けよう。</li> <li>提示された動きのポイントを踏まえ、自分やチームの課題に応じた練習の仕方を選ぼう。</li> <li>作戦などの話し合いに参加したり、仲間への助言・相手へのマナーを意識したりして、積極的に球技に取り組もう。</li> </ul> <p>「陸上」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>技術の名称や行い方を知り、競争や記録会に用いよう。</li> <li>滑らかな動きやタイミングを合わせた動き、スピードを維持した走り、ピッチ・ストライドなど種目に合わせた動きができるようにしよう。</li> </ul> <p>「武道」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力を理解しよう。</li> <li>相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて相手を崩して投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防を展開しよう。</li> </ul> <p>「ダンス」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>表したいテーマにふさわしいイメージを捉えて個や群で変化をつけて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ろう。</li> <li>リズムの特徴を捉え、変化とまとまりをつけてリズムに乗って全身で踊ろう。</li> </ul> <p>「保健」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>心身の健康に対する環境の影響について理解しよう。</li> <li>健康と環境に関わる情報から課題を見つけ、解決の手立てを考えよう。</li> </ul>
3 学 期	<p>【体育】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>陸上</li> <li>球技(サッカー・バスケットボール)</li> </ul> <p>【保健】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>健康と環境</li> </ul>	<p>「陸上」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>技術の名称や行い方を知り、競争や記録会に用いよう。</li> <li>滑らかな動きやタイミングを合わせた動き、スピードを維持した走り、ピッチ・ストライドなど種目に合わせた動きができるようにしよう。</li> </ul> <p>「球技」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動によって高まる体力について知ろう。</li> <li>安定したボール操作やその他の用具の操作、立ち位置や空いた場所に関わる動きを身に付けよう。</li> <li>提示された動きのポイントを踏まえ、自分やチームの課題に応じた練習の仕方を選ぼう。</li> <li>作戦などの話し合いに参加したり、仲間への助言・相手へのマナーを意識したりして、積極的に球技に取り組もう。</li> </ul> <p>「保健」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>心身の健康に対する環境の影響について理解しよう。</li> <li>健康と環境に関わる情報から課題を見つけ、解決の手立てを考えよう。</li> </ul>

### 3. 評価の観点と方法

#### 《知識及び技能》

○運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、関連して高まる体力、健康を保持増進するための方法などを理解しているかを評価しています。

○基本的な技・発展的な技が身についているか、提示されたポイントを正しく行えているか、できた技能をさらに高められているかを評価しています。

《評価方法》 定期テスト、保体資料ノート、学習カード、授業中の動き、技能テスト、記録会や発表会

#### 《思考力・判断力・表現力》

○技能の習得や課題解決に向けて自分のレベルに合った練習方法の選択、仲間へのアドバイス、アドバイスされたことを活かしているか、提示されたポイントを自分なりの言葉やイメージに転換しているかなどを評価しています。

《評価方法》 学習カードの内容(具体的な言葉での表現)、授業中の動きの変化や声掛け、作戦ボードなどを活用した話し合い活動での様子

#### 《学びに向かう力、人間性等》

○運動に対しての関心をもって積極的に授業に参加しているか、自分や周りへの安全を確保しているか、公正に取り組み仲間と協力しているか、仲間の良さや違いを大切にして活動しているか、自分の最善を尽くして参加しているかなどを評価しています。

《評価方法》 授業中の活動の仕方や学習カード(板目)、保体資料ノート