

保健体育（2年生） 学習案内

◎中学校の保健体育では…

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・能力を育成する（新学習指導要領より）ことを目標としています。

○保健

傷害の防止
健康な生活と疾病の予防
AED実習

○体育理論

運動やスポーツの意義や効果と
学び方や安全な行い方

○体育

- ・体づくり運動
(体ほぐしの運動・体の動きを高める運動)
- ・新体力テスト

・陸上競技Ⅰ

(短距離走・ハードル・ジャバリックスロー・幅跳び)

・陸上競技Ⅱ (長距離走)

・水泳 (クロール・平泳ぎ・背泳ぎ)

・球技Ⅰ (バレーボール・ソフトボール)

・球技Ⅱ (ハンドボール・卓球)

・球技Ⅲ (バスケットボール・サッカー)

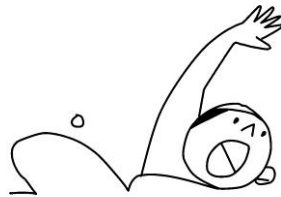
・器械運動 (マット運動・跳び箱)

・ダンス (フォークダンス・現代的なリズムのダンス)

・武道 (柔道)

① 主体的に取り組む態度

授業に積極的に取り組み、楽しさよこびを味わうことが出来る。



評価の観点

保健体育では次の3つの観点を評価します。

② 思考・判断・表現

活動の工夫、健康・安全について考え判断し、表現することが出来る。

③ 知識・技能

運動の楽しさや、よこびを味わうために必要な技能を行い身につけているとともに、運動や健康・安全について理解し、知識を身につけている。



★評価の方法

保健体育では3つの観点を、主に次のような方法で見していきます。

- 主体的に学習に取り組む態度
自分から進んで授業に取り組み、公平な態度で仲間と接し協力し、自分の責任を理解し動くことが出来る。
服装・準備・片づけなど、提出物、練習やゲームへの意欲
- 思考・判断・表現
運動や取組について、自分の考えを表現すること
記録の内容、練習やゲームでの動き、グループでの発表、安全への配慮が出来る。
- 知識・技能
単元テスト、ゲームの進め方、ルールの理解、基本動作の知識理解
記録、技能テスト、ゲームなどでの動き