

保健体育（３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・能力を育成することを目標としています。

年間計画			
期	月	学習内容	学習の目標
1学期	4月	・体づくり運動 ・陸上競技 ・球技 ・保健	・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方を理解し、目的に適した運動を身に付け、組み合わせること。 ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解し、基本的な動きや効率の良い動きを身に付けること。 ・球技の特性や技術の名称、行い方を理解し、基本的な技能を身に付けること。 ・健康な生活と疾病の予防について、理解を深めるとともに、課題を発見し、その解決について思考し判断するとともに、表現すること。
	5月		
	6月		
	7月		
2学期	8月	・器械運動 ・水泳 ・球技 ・陸上競技 ・柔道 ・ダンス ・保健	・器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方を理解し技をよりよく行うこと。 ・水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解するとともに、泳法を身に付けること。 ・球技の特性や技術の名称、行い方を理解し基本的な技能を身に付けること。 ・陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方を理解し、基本的な動きや効率の良い動きを身に付けること。 ・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方を理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開すること。 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方を理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすること。 ・健康な生活と疾病の予防について、理解を深めるとともに、課題を発見し、その解決について思考し判断するとともに、表現すること。
	9月		
	10月		
	11月		
	12月		
3学期	1月	・柔道 ・ダンス ・球技	・武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方を理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開すること。 ・ダンスの特性や由来、表現の仕方を理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすること。 ・球技の特性や技術の名称、行い方を理解し基本的な技能を身に付けること。 ・健康と環境について理解を深めるとともに、課題を発見し、その解決について思考し判断するとともに、表現すること。
	2月		
	3月		

① 主体的に取り組む態度

授業に自主的に取り組み、楽しさよろこびを味わうことができる。

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、よろこびを味わうために運動、体力の必要性を理解し、基本的な技能を身につけている。



★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組み込み、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、ルールを理解、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