

教科名	保健体育科	校種	中学校
-----	-------	----	-----

科目の配当				
学年	科目名	必・選	単位	授業展開など、授業の形態
1年	保健体育	必	3	保健分野は年間16時間程度 体育理論は年間5時間程度
2年	保健体育	必	3	保健分野は年間16時間程度 体育理論は年間5時間程度
3年	保健体育	必	3	保健分野は年間16時間程度 体育理論は年間5時間程度

科目名 (教科名)	保健体育 (保健体育科)				
担当教員	清水 結子 尾越 晶子				
学年	1	単位数	3	必修・選択・展開	必修

■ 授業の目的

<ol style="list-style-type: none"> 生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するきっかけ作りを目指す。 多くの種目を体験し、基礎的な体力、運動能力を作る。 中学生時代の身体発育過程を理解し、健康な生活を送るための基本的事項の習得を目指す。(保健分野)
--

■ 授業計画

学期	授業の項目	内容
1学期	オリエンテーション スポーツテスト ラジオ体操・集団行動 体づくり運動 体育理論 陸上競技 (短距離走) 50m走 ダンス	<ul style="list-style-type: none"> 1年間の授業の進め方についての説明 自分自身の体力・運動能力を知る 基礎的な準備体操および、集団行動の確認をする 基礎的な体の使い方を知る スポーツの楽しさを知る 相手と競争し、記録に挑戦する クラウチングスタートの習得 スタートからフィニッシュまでのペース配分の習得 音楽に合わせ、体を使って自由に表現する楽しさを学ぶ
2学期	器械運動 マット 球技 (ネット型) バレーボール 武道 剣道	<ul style="list-style-type: none"> 回転、支持、バランスなどのさまざまな要素を含んだ技術の習得に、練習を工夫してできるようにする パスの基本技術 (オーバー、アンダー) を習得する パスを中心とした簡易ゲームができるように習得する 剣道の歴史や礼法を学ぶ
3学期	持久走 ハーフマラソン 縄跳び 球技 (ゴール型) バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> 長い距離を走ることにより持久力を養う 長距離走の姿勢、呼吸法を身につける 身体能力の向上に努める 基礎的な練習を通じてボールコントロールを身につける パスを中心とした簡易ゲームでバスケットボールを知る

■ 授業計画 (保健分野)

通年	心身の機能の発達と心の健康	<ul style="list-style-type: none"> 呼吸器、循環器の発育について理解する 異性の尊重、性情報への適切な対処や行動の選択について理解する 社会性の発達やストレスの対処などについて理解し、コミュニケーション能力について考える
----	---------------	--

評価の観点	【知識・技能】	それぞれの専門での知識を高め実技に取り組む
	【思考・判断・表現】	健康や安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している
	【主体的に学習に取り組む態度】	今までおこなってきた技能を活用し、様々な場面で実践している 自ら進んで授業に取り組んでいる

評価の方法と割合	<ul style="list-style-type: none"> ● 評価方法 : 実技テスト+出席点 (平常点を含む) で各学期の成績を算出する。 ● 割合 : 実技テストは全体の70% 出席点は全体の30%で換算。詳細は、以下のとおり。 欠席 -3点 遅刻早退 -1点 見学 -2点で算出。 ただし、見学は、『体育授業見学報告書』の内容が良い場合は -1点となる。
----------	--

教科書・副教材等	<ul style="list-style-type: none"> ● 教科書 : 新中学保健体育 (学研) ● 副教材 : 中学体育実技 大阪版 (学研)
----------	---

科目名 (教科名)	保健体育 (保健体育科)				
担当教員	木村 友美 清水 結子				
学年	2	単位数	3	必修・選択・展開	必修

■ 授業の目的

<ol style="list-style-type: none"> 生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するきっかけ作りを目指す。 多くの種目を体験し、基礎的な体力、運動能力を作る。 中学生時期の身体発育過程を理解し、健康な生活を送るための基本的事項の習得を目指す。(保健分野)
--

■ 授業計画

学期	授業の項目	内容
1学期	オリエンテーション スポーツテスト 体づくり運動 体育理論 陸上競技 50mハードル リレー ダンス	<ul style="list-style-type: none"> 1年間の授業の進め方について説明 自分自身の体力、運動能力を知る いろいろな体ほぐし運動が応用できるようにする 健康に生活するための体力について理解する 1年時の短距離走を基礎として、振り上げ足、抜き足、インターバルの練習を通してハードリングの技術を習得する グループで協力してバトンパスの技術を高める 仲間と関わりながら、リズムの取り方や基本的なステップの習得を目指す
2学期	器械運動 跳び箱 球技 (ネット型) バレーボール 武道 剣道	<ul style="list-style-type: none"> さまざまな開脚・閉脚運動を習得する 各自の能力に応じた高さに挑戦し、技術の向上をはかる 1年時の基礎の上に、サービス、アタックの技術を習得して攻撃的なバレーボールを目指す 足運び、素振りなど基本的な技の習得を目指す
3学期	持久走 ハーフマラソン 球技 (ゴール型) バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> 長距離走を通して持久力を養う 1年時の技術を元に安定したペースを仕上げる 基礎的な練習を通して、ボールコントロールを身につける シュート、ドリブル力を強化し攻撃力を向上させる

■ 授業計画 (保健分野)

通年	傷害の防止	<ul style="list-style-type: none"> 交通事故や自然災害に対する心構えを理解する 応急手当ての意義目的とその手順について正しい理解をする 具体的な応急手当てについて理解する
評価の観点	【知識・技能】	それぞれの専門での知識を高め実技に取り組む
	【思考・判断・表現】	健康や安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している
	【主体的に学習的に取り組む態度】	今までおこなってきた技能を活用し、様々な場面で実践している 自ら進んで授業に取り組んでいる
評価の方法と割合	<ul style="list-style-type: none"> ● 評価方法 : 実技テスト+出席点 (平常点を含む) で各学期の成績を算出する。 ● 割合 : 実技テストは全体の70% 出席点は全体の30%で換算。詳細は、以下のとおり。 欠席 -3点 遅刻早退 -1点 見学 -2点で算出。 ただし、見学は、『体育授業見学報告書』の内容が良い場合は -1点となる。 	
教科書・副教材等	<ul style="list-style-type: none"> ● 教科書 : 新中学保健体育 (学研) ● 副教材 : 中学体育実技 大阪版 (学研) 	

科目名(教科名)	保健体育 (保健体育科)				
担当教員	前山 孝一 尾越 晶子				
学年	3	単位数	3	必修・選択・展開	必修

■ 授業の目的

1. 生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するきっかけ作りを目指す。
2. 多くの種目を体験し、基礎的な体力、運動能力を作る。
3. 中学生時期の身体発育過程を理解し、健康な生活を送るための基本的事項の習得を目指す。(保健分野)

■ 授業計画

学期	授業の項目	内容
1学期	オリエンテーション スポーツテスト 体づくり運動 体育理論 陸上競技 走り高跳び、走り幅跳び ダンス	<ul style="list-style-type: none"> ・1年間の授業の進め方について説明 ・自分自身の体力、運動能力を知る ・いろいろな体ほぐし運動が応用できるようにする ・現代生活におけるスポーツの文化的意義を知る ・1・2年生の種目を基礎に、跳躍種目の技術を習得する ・記録を取って、跳躍の技術を高める ・複数のステップを組み合わせて、様々なバリエーションの動きの習得を目指す
2学期	器械運動 マット運動 球技(ゴール型) タグラグビー	<ul style="list-style-type: none"> ・体の柔軟性を高めるための各種身体運動を体験する ・いろいろなマット種目を連続技にするための技術の習得をはかる ・基本的なボール操作の習得と、試合の中での判断力やチームワークを育成する
3学期	持久走 ハーフマラソン 球技(ネット型) バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> ・長距離走を通して、持久力や忍耐力を養う ・中学生としての体力強化をはかる ・1・2年生で習得し、ラリー中のアタック技術の習得を目指す ・ゲームを通して、連帯意識と協力感を養う

■ 授業計画(保健分野)

通年	健康な生活と病気の予防	<ul style="list-style-type: none"> ・食育の観点を踏まえつつ、健康的な生活習慣が形成できるように理解する ・喫煙・飲酒・薬物乱用については、心身への急性影響および依存性について正しい理解をする ・現代病といわれる生活習慣病について、正しい理解をする ・医療機関や医薬品の有効活用について、正しい方法を理解する
----	-------------	---

評価の観点	【知識・技能】	それぞれの専門での知識を高め実技に取り組む
	【思考・判断・表現】	健康や安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している
	【主体的に学習に取り組む態度】	今までおこなってきた技能を活用し、様々な場面で実践している 自ら進んで授業に取り組んでいる

評価の方法と割合	<ul style="list-style-type: none"> ● 評価方法 : 実技テスト+出席点(平常点を含む)で各学期の成績を算出する。 ● 割合 : 実技テストは全体の70% 出席点は全体の30%で換算。詳細は、以下のとおり。 欠席 -3点 遅刻早退 -1点 見学 -2点で算出。 ただし、見学は、『体育授業見学報告書』の内容が良い場合は -1点となる。
----------	--

教科書・副教材等	<ul style="list-style-type: none"> ● 教科書 : 新中学保健体育(学研) ● 副教材 : 中学体育実技 大阪版(学研)
----------	---