



1 授業のねらい（身につけて欲しい力）

「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育み、豊かなスポーツライフを実現できる力」

- ・ 運動の楽しさや喜びを味わうことで、運動の必要性について理解する。
- ・ 自他の課題を発見して、解決に向けて思考・判断を働かせながら取り組める。
- ・ 仲間とのコミュニケーション等を通して学びを深める。
- ・ 心身の健康の保持増進を目指して、授業で学んだことを実生活で生かすことができる。

教科書名

「体育：中学体育実技 保健：新しい保健体育」

補助教材

「体育：体育実技ノート 保健：保健学習ノート」

2 授業の進め方

1. チャイムが鳴る前までに活動場所集合整列（教室の時は自席で着席）。
2. 体育専門委員の指揮による準備運動と基礎体力作り。
3. 教師の本時の説明を受けて、本時のめあてに向かった活動を行う。
4. チームの仲間や級友とコミュニケーションを取りながら、学びを深める。
5. 本時の授業の振り返りを行い「気づき」「学び」「工夫」等を整理する。

3 学習上の留意点

- ・ 安全第一で活動しよう（自他の体調確認，活動場所の整理整頓，道具の確認等）。
- ・ 活動に適した身なりを整えよう（体育着の着用，運動靴の準備，髪を留める等）。
- ・ 苦手な種目も前向きに取り組もう▶できることが増えることでその種目の魅力や楽しさを感じることができる。
- ・ 状況に応じて工夫しながら取り組もう▶1人 or 仲間と一緒に，学びの経験を生ず，補助教材を活用等。

4 補助教材の活用方法（自学自習の進め方）

- ・ 「中学体育実技」や調べ学習を通して合理的な技術の習得に励む。
- ・ タブレットで自分の動きを動画で撮り，客観的に分析してみる。
- ・ 「学習カード」の振り返りから学び方のヒントを探る。
- ・ 授業での学びを実生活に取り入れてみる。

5 単元テスト

- ・ 保健体育科は，基本的に単元テストを行いません。

6 評価の内容と方法

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
内容	・ 学習の経験を踏まえ，種目に応じて運動の楽しさや喜びを味わうことができるか。 ・ 自己に適した運動の経験を通して，知識や技能を身に付けて，運動実践を深めることができるか。 ・ 目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるか。	・ 自己の動きを他と比較したり，活動を振り返るなどして課題を発見したりすることができるか。 ・ 学習した知識や技能を活用して，自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができるか。	・ 仲間や組んだ相手と自主的に関わることができるか。 ・ 仲間と合意した役割に責任をもって自主的に取り組むことができるか。 ・ 仲間の感情に配慮して合意形成を図ることができるか。 ・ よりよい環境づくりや活動につながようとすることに自主的に取り組むことができるか。 ・ 自己や仲間のけがや事故の危険性を最小限にとどめるなど自ら健康・安全を確保できるか。
方法	・ 技能テスト ・ ノートの記述 ・ 教師による行動観察	・ 授業の振り返り ・ グループでの話し合い ・ 教師による行動観察	・ 授業の振り返り ・ 授業中の言動 ・ 教師による行動観察

この方法で学習状況をみとり、各単元ごとで示す「ループリック」に照らして評価します。

7 授業計画（見通しを持って予習・復習の自学自習に取り組みましょう。提出物も忘れずに！）

期	月	単元名・学習項目	評価方法	到達目標
1学期	4	・オリエンテーション 授業の流れや評価について	・技能テスト ・発表の内容 ・ノート記述の内容 ・グループ活動の様子 ・振り返りの内容	水泳 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。
	5	・集団行動 集団で行動する上での心構えを確認		機械運動 技ができる楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技することができる。
	6	・新体力テスト 自己の体力を確認		保健 個人生活における健康・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るようにする。健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。生涯を通じ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を養う。
	7	・水泳 クロールと平泳ぎを実施		
	7	・機械運動 「マット運動」を実施		
2学期	8	・保健・体論 「文化としてのスポーツの文化的意義」 「健康と環境」	・技能テスト ・発表の内容 ・ノート記述の内容 ・グループ活動の様子 ・振り返りの内容	球技 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。
	9	・球技 「ネット型」 「ゴール型」 「ソフトボール型」 の種目から1つ選択		
	10	・ダンス 「現代的なリズムのダンス」 「創作ダンス」		
	11	・保健編 「健康と環境」		
	12			ダンス 感じを込めて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、踊りの特徴と表現の仕方や運動観察の方法などを理解するとともに、イメージを深めた表現や踊りを通した交流や発表をすることができる。
3学期				保健 同上
	1	・武道 「空手道の型」を実施	・技能テスト ・発表の内容 ・ノート記述の内容 ・グループ活動の様子 ・振り返りの内容	球技 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができる。
	2	・球技 「ネット型」 「ゴール型」 「ソフトボール型」 の種目から1つ選択		球技 同上
	3	・保健編 「健康な生活と疾病の予防」		保健 同上