

南城市立佐敷中学校（保健体育科 3年 シラバス）

1 中学校保健体育科の目標

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・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び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。
- (2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な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。
- (3) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

2 評価と評価方法

観点	知識及び技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
3年 内容	(1) 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するため、運動、体力の必要性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。	(2) 運動についての自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。	(3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。

3 授業計画（3年）

4月	5月	6月	7月
1 集団行動・新体力テスト (スポレク練習)		男 器械体操 女 保健学習	男 保健学習 女 器械体操
全国学力学習状況調査・標準学力検査		定期テストⅠ	
9月	10月	11月	12月
共通 ダンス	共通 空手 3年学力調査	男 バレーボール 女 ソフトボール 定期テストⅡ	男 バレーボール 女 ソフトボール
1月	2月	3月	
共通 保健学習 3年実力テスト	男 サッカー 女 バレーボール 定期テストⅢ・3年模擬テスト		

--	--

4 授業の進め方

- (1) 集合するときは遅れない。(理由があるときはちゃんと先生に話すこと。)
- (2) 機敏な行動、元気な声だしは授業の基本とする。
- (3) 実技の授業は、指定の体育着を着用し、上着は短パンの中に入れる。
- (4) 単元に合わせてランニングシューズへの履き替えも忘れない。
- (5) 髪は束ねる。爪は切る。
- (6) その授業で使用する用具の準備は、グループまたは全員で協力して、休み時間内で行うこと。
- (7) 用具の後片付けは決められた場所にきちんと返す。(ボールや道具は個数を確認)
- (8) 体育館を使用する場合は、必ず体育館シューズを履く。
- (9) 授業中のケガはその場で先生に知らせる。(小さい事でも)
- (10) 雨天の場合急に保健学習に切り替えることがあるため、教科書・ノートはロッカーに 置いておくこと。

5 授業で使うもの

- ・体育着・体育館シューズ・実技教科書、ノート・保健教科書、ノート
- (すべてに必ず名前を書いてください)

6 その他

(1) 着替えについて

男子・・・体育館ギャラリー (右 奇数クラス 左 偶数クラス)

女子・・・体育館更衣室 (女子更衣室 奇数クラス 男子更衣室 偶数クラス)

※男子は着替えた荷物を内側に揃えましょう。(走る邪魔にならないように。)

・制服は手すりに掛けないこと。・汗ふきシートはゴミ箱へ

(2) 連絡について

各学級の体育委員は遅くても授業の始まる1時間前の休み時間までに教科担任と連絡を取って学級のみみんなに確実に伝える。(授業の場所など)

(3) 見学について

- ・気分が悪く見学するときは(ケガ等も同じ)授業の始まる前に必ず相談する。
- ・見学する際は、体育着で見学する。(見学でも体育着は必ず持ってくること)
- ・長期にわたって見学をする場合は医師の診断書を提出する。