

学年・教科	第1学年	保健体育科	担当者 岸・清水・福岡
<b>学習目標</b> 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・能力を育てる。			
指導計画		学習内容	
・ 体育理論 ・ 体づくり運動 ・ 陸上競技Ⅰ ・ 球技Ⅰ ・ 器械運動 ・ 保健（健康な生活と疾病の予防）		1 学期	体づくり）中学1年生としての運動能力を測定し今後の課題を確認する。 球技）技能を身につけ、ラリーが続くようになることや作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。 水泳）長く泳ぐこと・速く泳ぐことができるようにする。 体育理論）体育の授業のあり方や進め方、運動やスポーツの学び方を理解する。
・ 体育理論 ・ 球技Ⅱ ・ 陸上競技Ⅱ ・ 水泳 ・ 保健（心身の機能の発達と心の健康）		2 学期	陸上競技）自己の能力に適した課題を持って、その技能を高め、記録を伸ばすことができるようにする。記録を伸ばすことができるようにするとともに、仲間と協力し記録の向上を目指すことができるようにする。 器械運動）技能を高め、技術の向上に努めることができるようにする。 ダンス）個々の技能を高めることができるようにする。発表会を行う。 武道）伝統的な行動の仕方を守ろうとしている。
・ 体育理論 ・ ダンス ・ 武道 ・ 球技Ⅲ ・ 保健（心身の機能の発達と心の健康）		3 学期	保健）心と体の発達と心の健康について理解することができるようにする。健康な生活と疾病の予防を理解することができるようにする。
<b>1. 知識・技能</b> ☆各種目の運動の基礎的・基本的な動作、技能を身につけている。 ☆高い技能レベルで継続して取り組むことができる。 ☆ルールを理解し、戦術を考えて競技にあたり、審判活動を行っている。 ☆カード・レポート・筆記試験における内容を理解し、記入している。 ☆健康・安全に関する知識を身につけている。			
<b>2. 思考・判断・表現</b> ●目標に向かって計画を立て、工夫・判断し、運動している。 ●仲間と協力する場面で、分担した役割に応じた活動の仕方を身につけている。 ●学習したポイントをカードに書き出している。			
<b>3. 主体的に学習に取り組む態度</b> ○授業に対して前向きであり、仲間と協力して練習やゲームに参加しようとしている。 ○自分の体力に関心を持ち、自ら進んで体力向上に努めようとしている。 ○大きな声で、元気に楽しく取り組もうとしている。 ○授業の決まりや集団行動のマナーを守り、てきぱきと活動しようとしている。 ○欠席・見学が少なく、健康や安全に関して意識を高く持とうとしている。			
<b>学習のアドバイス</b> ①教科書をよく読んで、ルールや技の名称、保健などについて予習・復習をして知識理解を深めよう。 ②実技の教科書の練習例を参考に個人技能や体力を高めよう。 ③技能や体力の向上のために、復習をしたり、日々のトレーニングをしたりしよう。			
<b>使用教材：</b> ハチマキ、教科書（ステップアップ・保健）、ファイル、縄跳び、PC等			