

# 「保健体育科」の学習

## 1 教科の目標

### 体育分野

- ・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、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。
- ・運動についての自己の課題を発見し、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。
- ・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、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

### 保健分野

- ・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。

## 2 観点別評価項目と主な評価内容

観 点	主な評価観点
(1) 知識及び技能	技能テスト、定期テスト又は小テスト、プリント
(2) 思考力・判断力・表現力	発表、グループでの話し合い、ワークシート、ワークの取り組み
(3) 主体的に学習に取り組む態度	知識及び技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身につけたりすることに向けた粘り強い授業参加

## 3 観点別の具体的な心構えや学習方法

	心構えや学習方法
(1) 知識及び技能	☆技能を身につけようと前向きに取り組む。 ☆技能をより高め、生涯にわたって運動を実践しようとする。 ☆生活における健康・安全について理解する。 ☆各運動の楽しさや喜びを理解する。 ☆各運動の知識を理解する。 ☆運動と生活を結びつけ、健康の保持増進、体力の向上を図る
(2) 思考力・判断力・表現力	☆互いに協力し、自己の役割を果たしながら運動に取り組む。 ☆健康・安全に留意して運動する。 ☆運動を工夫して取り組む。
(3) 主体的に学習に取り組む態度	☆学習内容に関心を持ち、意欲を持って粘り強く取り組む。 ☆学習内容を身につけるために、工夫して取り組む。

#### 4 家庭学習のあり方

- ・日ごろから家庭での運動量を増やしていこう。
- ・授業で学んだ知識を生かして、自己の健康管理・疾病予防をしよう。
- ・スポーツをしたり、観戦したりして、スポーツに触れる機会を持とう。

#### 5 年間指導計画

	1年(105時間)	2年(105時間)	3年(105時間)
一学期	<ul style="list-style-type: none"><li>・体づくり運動</li><li>・陸上競技</li><li>・水泳</li><li>・保健</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・体づくり運動</li><li>・球技</li><li>・水泳</li><li>・保健</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・体づくり運動</li><li>・柔道</li><li>・水泳</li><li>・保健</li></ul>
二学期	<ul style="list-style-type: none"><li>・ダンス</li><li>・陸上競技</li><li>・球技</li><li>・保健</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ダンス</li><li>・陸上競技</li><li>・柔道</li><li>・保健</li><li>・体育理論</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ダンス</li><li>・陸上競技</li><li>・球技</li><li>・器械運動</li><li>・保健</li></ul>
三学期	<ul style="list-style-type: none"><li>・器械運動</li><li>・柔道</li><li>・体育理論</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・器械運動</li><li>・球技</li><li>・保健</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・球技</li><li>・保健</li><li>・体育理論</li></ul>