

| 学年 | 教科 | 科目 | 教科書名 | 副教材名 |
|----|------|----|-----------------|------|
| 中2 | 保健体育 | 体育 | 最新 中学校保健体育（大修館） | なし |

1. 授業のねらい

- 心と体を鍛えよう。
- 様々な運動に取り組むことで、生涯にわたって運動と親しみ豊かな生活を送ろうとする習慣を身につけよう。
- 安全面に注意をはかり、けがや病気をせず、健康に生活を送ることのできる習慣を身につけよう。

保健体育の授業では、心身の発達や体力の向上を促すだけでなく、現在および将来にわたって運動に親しむ資質や能力を育て、明るく健全で豊かな生活を営む態度を育成することを目標にしています。

中学生は心身共に最も成長する時期です。中学2年生の保健体育の授業では、様々な運動を通して、自分の能力に応じた課題を解決することにより運動の楽しさや喜びを味わうことが大切です。授業を通して積極的に運動し、仲間と仲良く運動に親しみ自ら考え工夫する態度を育てます。

2. 授業のすすめ方

- 授業の展開は、担当教諭と各クラスの体育委員を中心に進めていきます。
- 授業のはじめに本時の内容と進め方を説明します。内容をよく理解し、担当教諭、体育委員の指示に従ってスムーズに授業が進められるようにしてください。
- 授業場所の割り振り、学校行事、天候によって計画された種目ができない場合があります。
- タブレット端末を用いて動作の撮影をし、自分自身の動作を客観的に見ることで技術の向上を目指します。また撮影した画像・動画などをとに、生徒同士で技術習得のための助言を行います。

3. 学習上の留意点

- 安全の確保・けがの防止のためにしっかりと準備体操、補強運動に取り組みましょう。睡眠不足、朝食を食べてこないために起こる集中力の低下等もけがの原因となります。
- 安全に授業に取り組む態度を心がけましょう。授業中に起こる事故やけがは人為的なものも少なくありません。常に安全に対する配慮を忘れずに用具を正しく使用し、ルールやマナーを守って事故やけがのない授業を目指しましょう。また、服装、体育館シューズ等は学校指定のものを着用し、衛生面にも気を配りましょう。
- タブレット端末の管理を徹底しましょう。撮影した画像・動画などの流用を絶対にしないでください。

4. 副教材・参考文献

- なし

5. 評価方法

学期ごとに行われる実技と保健を含めた平常点（意欲、関心、態度、服装、頭髪など）で評価します。

1学期・・・陸上競技（走り幅跳び）、水泳、体育理論

2学期・・・バレーボール、ハンドボール、保健

3学期・・・陸上競技（持久走）、ソフトボール、保健

実技点（80点）及び平常点（20点）より学期末に5段階で評価します。

保健については、ペーパーテストは実施致しません。

定期考査、平常点等を基に「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に学習に取り組む態度」の3観点について学年末に評価します。

6. 定期考査

- (1) 実技テストの内容は各種目ごとに発表します。授業の中でその課題を意識して取り組んでください。
テスト実施日は担当者から連絡します。
- (2) 何らかの理由により実技テストを受けられない場合はレポートを課す場合もあります。

指導計画

| 期 | 月 | 単元名・学習項目 | 評価方法 | 到達目標 |
|-------------|-----|---|--------------------------------------|---|
| 一 学 期 | 四月 | ○体づくり運動 ○集団行動 ・集団行動の基本行動を理解しよう。 | ○体づくり運動 ○集団行動 | ○体づくり運動 ○集団行動 ・基本動作が正確かつスムーズにできる。 |
| | 五月 | ○陸上（走り幅跳び） ・基礎、基本技術（助走、空中動作、着地動作）を理解し、楽しさを感じ取ろう。 | ○陸上（走り幅跳び） ・記録測定 | ○陸上（走り幅跳び） ・スピードを生かした助走をし、力強い踏み切りとともに、より遠くへ跳ぶことができる。 |
| | 六月 | ○水泳 ・50m背泳ぎを修得しよう。 | ○水泳 背泳ぎ 50m | ○水泳 ・より長く泳いだり、速く泳いだりする技能を身につける。50m背泳ぎで泳げる。 |
| | 七月 | ○体育理論 ・運動やスポーツの効果・学び方・安全 | | ○体育理論 ・運動やスポーツの安全な行い方や、心身に及ぼす効果について理解する。 |
| 二 学 期 | 九月 | ○バレーボール ・基礎、基本技術（パス、サーブ）を理解し、楽しさを感じ取ろう。 | ○バレーボール ・パス、サーブ、ゲーム | ○バレーボール ・基本技術、ルールを理解する。 ・勝敗に対するの公平な態度を取れる。 |
| | 十月 | ○ハンドボール ・基礎、基本技術を理解し、楽しさを感じ取ろう。 | ○ハンドボール ・ドリブル、シュート | ○ハンドボール ・基本技術、ルールを理解する。 ・勝敗に対するの公平な態度を取れる。 |
| | 十一月 | ○体育祭 | ・ゲーム | |
| | 十二月 | ○保健 ・生活習慣の健康への影響 | ○保健 ・ノート、レポート提出、授業への取り組み | ○保健 ・生活習慣の健康への影響について理解する。 |
| 三 学 期 | 一月 | ○陸上競技（持久走） ・時間走、距離走、ペース走 | ○マラソン大会 【男子】4km 【女子】4km | ○陸上競技（持久走） ・体力及び脚力の強化をはかる。 ・風邪を引かないようタオル等を準備し、体調管理ができる。 |
| | 二月 | ○ソフトボール ・基礎、基本技術を応用し、楽しさを感じ取ろう。 | ○ソフトボール ・トスバッティング ・ノック ・ゲーム | ○ソフトボール ・基本技術、ルールを理解する。 ・基本技術を身に付け、ゲームができる。 ・勝敗に対するの公平な態度を取れる。 |
| | 三月 | ○保健 ・けがの防止と応急手当 | ○保健 ・ノート、レポート提出、授業への取り組み | ○保健 ・けがの防止と応急手当について理解を深める。 |

※シラバスの内容（時間や事項）については、理解度やその他の都合により省略や前後することもありうる。