

令和6年度 シラバス

学年	教科	教材
3年(女子)	保健体育科	・教科書 最新 中学校保健体育(大修館書店) ・副教材 ステップアップ中学体育(大修館書店) 最新中学校保健体育ノート(大修館書店)

1. 学習の目標

- ・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うことができるようにするとともに、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする。
- ・運動を適切に行うことによって、体力を高め、心身の調和的発達を図る。
- ・運動における競争や共同の経験を通して、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する態度を育てる。

2. 学習の方法

- ・規律ある行動を取り、準備・片付けも含めて意欲的に授業に取り組む。
- ・グループ活動の際は、積極的に仲間と協力し、課題を解決・克服する力を高める。
- ・教科書や保健ノートを使用して運動や健康に関する知識を身に付ける。

3. 評価の観点と評価方法

評価の観点	評価の方法
知識・技能	授業の様子, 実技(技能)テスト, 定期テスト など
思考・判断・表現	授業の様子, ノート・提出物の内容, 定期テスト など
主体的に学習に取り組む態度	授業態度・忘れ物の有無, 実技テストの一部 など

4. 年間指導計画

月	単元・題材名	主な学習内容	学習のねらい
4	オリエンテーション 体づくり運動	集団行動 体力テスト	・運動を通じてからだを動かす楽しさや心地よさを味わう。また、仲間と交流する楽しさを味わう。 ・体力テストの種目で自分の記録を測定し、昨年度からの発達度を理解する。
5	体づくり運動 器械体操 保健	体力テスト 跳び箱 生活習慣病の予防(保健)	・体力テストの種目で自分の記録を測定し、昨年度からの発達度を理解する。 ・跳び箱の開脚跳び、閉脚跳び、台上前転の技を正しいフォームで習得する。 ・健康の成り立ちについて理解する。
6	体づくり運動 混成陸上 保健 体育理論	体力テスト 走幅跳、ボール投げ 生活習慣の予防(保健) 文化としてのスポーツ(理論)	・体力テストの種目で自分の記録を測定し、昨年度からの発達度を理解する。 ・跳躍種目、ボール投げで自己記録に挑戦し、種目の楽しさを発見する。 ・スポーツの文化的意義について理解する。 ・食生活と健康について理解する。
7	水泳	クロール・平泳ぎ	・基本的な泳法を習得し、正しいフォームで泳げるようにする。
9	ダンス 保健	創作ダンス 喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけ(保健)	・学年集団としてのダンスを通して、団体で演技する楽しさや達成感を味わう。 ・喫煙、飲酒、薬物乱用のきっかけについて理解する。

10	球技 保健	バスケットボール 感染症の予防（保健）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ オフェンスやディフェンスの作戦や戦術を相談してゲームをすすめ、チームで試合を行う楽しさを味わう。</li> <li>・ 性感染症とその予防について理解する。</li> <li>・ エイズとその予防について理解する。</li> </ul>
11	混成陸上 保健 体育理論	50Mハードル、走高跳 感染症の予防（保健） 国際的なスポーツ大会とその役割（理論）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ハードル走と跳躍種目を組み合わせて記録を得点化する混成種目について理解し、記録に挑戦する楽しさを味わう。</li> <li>・ 国際的なスポーツ大会とその役割について理解する。</li> </ul>
12	混成陸上 保健	50Mハードル、走高跳 感染症の予防（保健）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 走種目と跳躍種目を組み合わせて記録を得点化する混成種目について理解し、記録に挑戦する楽しさを味わう。</li> </ul>
1	バドミントン 保健 体育理論	バドミントン 保健機関の利用、医薬品の利用（保健）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ラケットでシャトルをコントロールして、バドミントンの技能を身につけ、競技の楽しさを味わう。</li> <li>・ 保健機関や医療機関とその利用について理解する。</li> </ul>
2	球技 保健	バドミントン 保健機関の利用、医薬品の利用（保健）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ シングルスやダブルスなどでゲームを行い、作戦や戦術で試合やラリーの楽しさを理解する。</li> <li>・ 医薬品の作用や有効な利用方法について理解する。</li> </ul>
3	保健	共に健康に生きる社会（保健）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 世界的な規模で共に健康に生きる社会活動や制度について理解する。</li> </ul>