

第3学年

「保健体育」

1 学習の目標			
①進んで運動に親しみ、心身ともにたくましい人になろう。 ②運動の持つ特性にふれ、運動技能を高めて、運動の楽しさや喜びを味わおう。 ③安全に気をつけ体力の向上を図ろう。 ④ルールやマナーを守り、仲間と協力して活動しよう。			
2 評価の観点・方法 保健体育では、次の3観点で評価します。			
①運動や健康に関する「 知識・技能 」 （運動の意義を理解し、健康・安全に関する知識と必要な技能や体力を高めるための運動の行い方を身につけている。） ②運動や保健課題の発見・解決等のための「 思考力・判断力・表現力等 」 （運動の課題の解決を目指して、活動の仕方を工夫している。） ③主体的に学習、健康の保持増進や回復に取り組む態度等の「 学びに向かう力・人間性等 」 （進んで運動に取り組み、運動の楽しさや喜びを体得しようとしている）	○時間やルール、服装等の約束を守る。 ○大きな声を出し、活気あふれる行動ができる。（準備運動から終りの挨拶まで） ○体育5点セットを体育バックに入れ、はちまきを忘れない。 ○授業態度（取り組みの様子） ○自分の能力にあつためあてをもつ。 ○練習の仕方を考えたり、実技体育の資料を活用したり、工夫している。 ○学習カードや個人カードの記入や提出。 ○実技テストや発表会・記録会 ○定期テスト ※試験は当日のみ。種目によっては後日参考		
3 学習の内容と学習のねらい			
学期	学 習 内 容		
	1 学年	2 学年	3 学年
一学期	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション ・集団行動 ・新体力テスト ・体づくり運動 ・体育祭に向けて ・ダンス（ソーラン） ・陸上（短距離・リレー） ・球技（ソフトボール・バレーボール） ・体育理論 ・保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション ・集団行動 ・新体力テスト ・体づくり運動 ・体育祭に向けて ・ダンス（ソーラン） ・陸上（短距離・リレー） ・球技（ソフトボール・バレーボール） ・体育理論 ・保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション ・集団行動 ・新体力テスト ・体づくり運動 ・体育祭に向けて ・ダンス（ソーラン） ・陸上（短距離・リレー） ・球技（ソフトボール・バレーボール） ・体育理論 ・保健
二学期	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり ・球技（ソフトボール・バレーボール） ・陸上（ハードル・走幅跳） ・器械運動（マット） ・陸上（長距離走） ・体づくり ・保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり ・球技（ソフトボール・バレーボール） ・陸上（ハードル・走幅跳） ・器械運動（跳び箱） ・陸上（長距離走） ・体づくり ・保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり ・球技（ソフトボール・バレーボール） ・陸上（ハードル・走幅跳） ・器械運動 or 球技（マット・跳び箱・ハンドボール） ・陸上（長距離走） ・体づくり ・保健
三学期	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・球技（サッカー・バスケットボール） ・武道（柔道） ・保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・球技（サッカー・バスケットボール） ・武道（柔道） ・保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・球技（サッカー・バスケットボール） ・武道（柔道） ・保健