

令和5年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	保健体育	単位数	3	年次/コース	中学3年生/特進(男子)
使用教科書	最新中学校保健体育						
副教材など	最新中学校保健体育ノート 3年・中学体育 2021						

1:学習の到達目標

●科目について 中学3年生の保健体育の授業では、運動の楽しさを体験するとともに、運動を続けて生涯にわたって実践していこうとする態度を養います。また、様々な運動を通し、他者と交流し精神的、社会的な健康を得ることも大切です。 ●コンピテンシーについて 運動に親しむ中で運動することの意義を理解し、よりよく動けるような技能を身に付ける。また、他者と関わることを通して、他者の考えを聴き、自身の考えを修正してそれを伝えたり、表現する中でコミュニケーション能力を培う。

2: 学習方法について

授業中において 積極的に授業に参加して運動に興味・関心をもって取り組むこと。また、どの種目に関しても安全面に留意して運動に取り組むこと。時には、タブレットを使用し、自身の授業への振り返りや必要な情報の収集、課題の発見を行います。 ●家庭学習において 普段からの生活から「みる」「支える」「知る」「調べる」の4つのスポーツへの関わり方を意識し、実践を心がけてください。

3:学習評価（評価基準と評価方法）

観点	①：知識・技能	②：思考・判断・表現	③：主体的に学習に取り組む態度
観 点 の 趣 旨	運動の合理的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに実践するための理論について理解しているとともに運動の特性に応じた、基本的な技能を身に付けている。 体育分野では、運動やスポーツの多様性、運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての考え方を理解していること。保健分野では、健康な生活と疾病の予防について理解している。	自己や仲間の課題について、思考し判断したことを、言葉や文章及び動作などで表したり、仲間や教師などに理由を添えて伝えたりすることができる。 体育分野において、運動を豊かに実践するための自己の課題を発見し、運動の取り組み方や組み合わせ方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 保健分野では、健康な生活と疾病の予防について課題を発見し、科学的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えていることができる。	それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、その楽しさや喜びを味わおうとする自主的・公正に取り組む、お互いに協力する、自己の責任を果たす、参加する、一人一人の違いを大切にしようとしている。 体育分野においては、公正、協力、責任、参画、共生などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。 保健分野では、健康な生活と疾病の予防についての学習に主体的に取り組もうとしている。
評 価 方 法	単元テスト 実技テスト 学習カード プレゼンテーション リフレクションシート など	単元テスト 実技テスト 学習カード プレゼンテーション リフレクションシート など	実技テスト 学習カード プレゼンテーション リフレクションシート など

上に示す観点・評価方法に基づいて、各観点で評価し、学期末に当該学期の観点別学習状況の評価(①、②、③の3段階)及び評定(1～5の5段階)にまとめます。また、学年末に年度を通しての観点別学習状況の評価(①、②、③の3段階)及び評定(1～5の5段階)にまとめます。

4:学習の活動

学 期	単 元 名	学習内容	主な評価の 観点			単元（題材）の評価規準	評価方法
			①	②	③		
	体 つ く り 運 動	・オリエンテーション ・集団行動 ・体づくり運動	○	○	○	①:自他の心と体に向き合って心と体をほぐし,体 を動かす楽しさや心地よさを味わい,進んで運動に取り組む気持ちを高めたり,体の柔らかさ,巧みな動き,力強い動き,動きを持続する能力を高めたりするといった意義があることを理解している。 ②:自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 ③:体づくり運動に積極的に取り組むとともに,仲間の学習を援助しようとする,一人一人の違いに応じた動きなどを認めようとする,話合いに参加しようとするなどや,健康・安全に気を配ることができる。	学習カード プレゼン リフレクシ ョン等
1 学 期	球 技 【 ゴ ール 型 】	・タグラグビー	○	○	○	①:種目の特性や成り立ち,技術の名称や行い方,その運動に関連して高まる体力などについて理解している。また,ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防ができる。勝敗を競う楽しさや喜びを味わい,種目の特性や成り立ち,技術の名称や行い方,種目に関連して高まる体力などを理解するとともに,基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開ができる。 ②:攻防などの自己の課題を発見し,合理的な解決に 向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己 や仲間の考えたことを他者に伝えたり,記述したりしている。 ③:種目に積極的に取り組むとともに,フェアなプレ イを守ったり,作戦などについての話合いに参加しようとしている。また, 一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようしたり,仲間の学習を援助しようとするこ となどや,健康・安全に気を配ろうとしている。	実技テスト 学習カード プレゼン リフレクシ ョン等

1 学 期	球技【ゴール型】	・バスケットボール	○	○	○	①:種目の特性や成り立ち,技術の名称や行い方,その運動に関連して高まる体力などについて理解している。また,ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防ができる。勝敗を競う楽しさや喜びを味わい,種目の特性や成り立ち,技術の名称や行い方,種目に関連して高まる体力などを理解するとともに,基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開ができる。 ②:攻防などの自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己や仲間の考えたことを他者に伝えたり,記述したりしている。 ③:種目に積極的に取り組むとともに,フェアなプレイを守ったり,作戦などについての話合いに参加しようとしている。また,一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしたり,仲間の学習を援助しようとするなどや,健康・安全に気を配ろうとしている。	実技テスト 学習カード プレゼン リフレクション 等
	ダンス	ダンス(6月頃～)	○	○	○	①:リズムの特徴を捉え,変化のある動きを組み合わせ,リズムに乗って全身で踊ることができる。また,感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わい,ダンスの特性や由来,表現の仕方などを理解することができる。 ②:表現などの自己の課題を発見し,合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己や仲間の考えたことを他者に伝えたり,記述したりしている。 ③:ダンスに積極的に取り組むとともに,仲間の学習を援助しようとし,交流などの話合いに参加しようとし,一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとし,できている。	実技テスト 学習カード プレゼン リフレクション 等
	保健	【保健⑤】感染症の予防と健康を守る社会の取り組み 1:感染症と病原体 2:感染症と体の抵抗力 3:感染症の予防 4:性感染症とその予防 5:エイズとその予防 6:保健機関とその利用 7:医療機関とその利用 8:医薬品の正しい使い方	○	○	○	①:健康は,主体と環境を良好な状態に保つことにより成り立っていること,また健康が阻害された状態の一つが疾病であることを理解している。また,疾病は主体の要因と環境の要因とが相互に関わりながら発生することを理解している。 ②:健康な生活と疾病の予防に関わる事象や情報から課題を発見し,疾病等のリスクを軽減したり,生活の質を高めたりすることなどに関連付けて解決方法を考え,他者と話し合ったり,それらを伝え合うことができている。 ③:健康な生活と病気の疾病の予防についての学習に自主的に取り組むことができている。	単元テスト プレゼン リフレクション等

2 学 期	ダンス	ダンス（～10月）	○	○	○	①:リズムの特徴を捉え,変化のある動きを組み合わせ て,リズムに乗って全身で踊ることができる。また感じ を込めて踊ったり,みんなで自由に踊ったりする楽しさ や喜びを味わい,ダンスの名称や用語,踊りの特徴と表 現の仕方,交流や発表の仕方,運動観察の方法,体力の高 め方などを理解するとともに,イメージを深めた表現 や踊りを通した交流や発表をすることができる。 ②:表現などの自己や仲間の課題を発見し,合理的な解 決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己 や仲間の考えたことを他者に伝えたり,記述したりして いる。 ③:ダンスに自主的に取り組むとともに,互いに助け合 い教え合おうとすること,作品や発表などの話合いに貢 献しようとする,一人一人の違いに応じた表現や役 割を大切にしようとするなどや,健康・安全を確保 することができている。	実技テスト 学習カード プレゼン リフレクシ ョン 等
	球技【ネット型・ゴール型】	・フットサル ・バレーボール	○	○	○	①:種目の特性や成り立ち,技術の名称や行い方,その運 動に関連して高まる体力などについて理解している。ま た,ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴ ール前での攻防をすることやボールや用具の操作と定 位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻 防ができる。勝敗を競う楽しさや喜びを味わい,種目の 特性や成り立ち,技術の名称や行い方,種目に関連して 高まる体力などを理解するとともに,基本的な技能や仲 間と連携した動きでゲームを展開ができる。 ②:攻防などの自己の課題を発見し,合理的な解決に 向けて運動の取り組み方を工夫するとともに,自己や仲間 の考えたことを他者に伝えたり,記述したりしている。 ③:種目に積極的に取り組むとともに,フェアなプレイ を守ったり,作戦などについての話合いに参加しようと している。また,一人一人の違いに応じたプレイなどを 認めようとしたり,仲間の学習を援助しようとするこ となどや,健康・安全に気を配ろうとしている。	実技テスト 学習カード プレゼン リフレクシ ョン 等

2 学 期	保健	【保健⑥】環境の健康への影響 1:環境の変化への体の適応 2:気象情報の適切な利用 3:快適で能率のよい環境 4:室内の空気の汚染と換気 5:衛生的な飲料水の供給 6:し尿とごみの処理 7:災害と環境 8:私たちの生活と環境問題	○	○	○	①:身体には、環境に対してある程度まで適応能力があること。身体の適応能力を超えた環境は、健康に影響を及ぼすことがあること。また、快適で能率のよい生活を送るための温度、湿度や明るさには一定の範囲があることを理解している。 飲料水や空気は、健康と密接な関わりがあること。また、飲料水や空気を衛生的に保つには、基準に適合するよう管理する必要があることを理解している。 人間の生活によって生じた廃棄物は、環境の保全に十分配慮し、環境を汚染しないように衛生的に処理する必要があることを理解している。 ②:健康と環境に関する情報から課題を発見し、その解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを表現している。 ③:健康と環境についての学習に自主的に取り組むことができる。	単元テスト プレゼン リフレク ション 等
	体育理論	【体育理論③】文化としてのスポーツ 1:現代生活におけるスポーツの意義 2:国際的なスポーツ大会の意義と役割 3:人びとを結ぶスポーツ	○	○	○	①:スポーツは、文化的な生活を営みよりよく生きていくために重要であること。オリンピックやパラリンピック及び国際的なスポーツ大会などは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること。スポーツは、民族や国、人種や性、障害の違いなどを超えて人々を結び付けていることなどの文化としてのスポーツの意義について理解している。 ②:文化としてのスポーツの意義について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。 ③:文化としてのスポーツの意義についての学習に自主的に取り組むことができる。	単元テスト プレゼン リフレク ション 等
3 学 期	球技【ゴール型・ネット型】	・フットサル ・バドミントン	○	○	○	①:種目の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などについて理解している。勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開ができる。 ②:攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えたり、記述したりしている。 ③:種目に積極的に取り組むとともに、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとしたり、仲間の学習を援助したり、健康・安全に気を配ろうとしている。	実技テスト 学習カード プレゼン リフレク ション 等