

平成31年度球美中学校各教科シラバス

教科名	中学1年 保健体育科
教科担当	松堂恭文
教科書名	中学体育実技・新中学保健体育
副教材名	中学体育実技ノート（沖縄学販） 保健学習ノート（沖縄学販）

はじめに：これから始まる学習に積極的に意欲を持ち、主体的に学ぶ生徒（本校教育目標：知の側面）をめざし、教科ガイダンスを実施します。この1年間の学習について教科シラバスを示して説明します。

予測が困難と言われるこれからの社会で、球美中生徒のみなさんが、①生きていくため、②あこがれの職業につくため、③夢を実現するためには、中学校の各教科の授業の中で身につける「主体的に学ぶ力」が、みなさんの将来に大きな力となって役立ちます。
球美中学校の各教科担当（教科の先生）は、みなさんに、「主体的に学ぶ力」が身に付くよう、「今日の目標 → 目標を達成するための授業・活動 → 今日の目標が達成できたかのまとめ・振り返り」による「わかる授業」を学校全体で実践します。
生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」は実生活とつながっているということを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに、「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動（思考・判断・表現等）」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力（＝学びに向かう力）」を育成することにつながります。
教科の学びの習得は、あなたの夢をひろげます。ともに頑張りましょう!!

1 保健体育科の学習について

学習のねらい	<ul style="list-style-type: none"> (1) 積極的に運動に親しみ、公正、協力、責任などの態度を身につけ、健康安全に留意して練習や競技（ゲーム）ができるようにする。 (2) 各種の運動に対して、自己の能力に適した課題の解決を目指し、練習の仕方や競技の仕方を工夫することができるようにする。 (3) 各種の運動に対して、自己の能力に適した課題を持ち、運動の特性に応じた方法で技能を高め、体力・技能の向上を図る。 (4) 健康を保持増進するための、知識や生活の仕方を身につける。
授業のすすめ方	<ul style="list-style-type: none"> (1) 「関心・意欲・態度」については、積極的に学習活動に取り組む姿勢（聞く・書く・話す・行う）を育て、毎時間の「めあて」の達成を目指します。 (2) 「技能」については、評価基準Bを目指して、運動の合理的な行い方を学び基礎的・基本的な技能を習得していきます。 (3) 「知識・理解」については、各教科書を活用して、語句の意味や運動の合理的な動き方を確認したり、実践することで理解力を高めます。 (4) 「思考・判断」については、各教科書を活用して運動のポイントを見つけ、学習課題に対して工夫して取り組み、ノートやカードに振り返りを記入することで思考力・判断力を育てます。また、安全に運動に取り組むことを育てます。 (5) ペアやグループでの話し合い活動を取り入れ、お互いの意見や考えを交流させながら、再度自分の考えを練り直すような「主体的で対話的な深い学び」を実践します。
学習上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> (1) 教材（体育着・教科書・ノートなど）の準備は、事前に行う。 (2) 授業の連絡は、体育委員が教科担任と事前に行い、授業に支障のない様にする。 (3) 始業の前に整列して教科担任を待つ。 (4) 授業中は、指示に従い、機敏に行動する。 (5) お互いに協力し、教え合いながら楽しく学習ができるように心がける。 (6) 健康・安全に留意し、授業は元気よく真剣に受ける。

2 評価について

評価方法	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 成績は、毎学期の定期テストや単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 <input type="checkbox"/> 評価の観点は、「運動への関心・意欲・態度」、「運動についての思考・判断」、「運動の技能」、「運動についての知識・理解」です。
定期テスト	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 <input type="checkbox"/> 試験範囲は、定期テスト1週間前までに発表します。

3 年間指導計画

月	主な学習内容および項目	教材・教具等
4月	第1時 ガイダンス ※シラバスを用いて学習内容や評価について説明する。	保健体育科シラバス
5月	新体カテスト：自己の体力を知る 体づくり運動：①体ほぐしの運動 ②体の調子を整える運動 ③仲間と交流するための手軽な運動や律動的な運動 体育理論：スポーツの多様性①～③ ダンス：フォークダンスとエイサー	久米島中体連交流戦 5月11日野球・サッカー 18日バスケ・バレー
6月	保健：「心身の発達と心の健康」スタート 保①：体の発育・発達 ②：体の発育・発達②	那覇地区夏季総合体育大会 6月7日～9日 1学期期末テスト 6月26日～28日
7月	水泳：傷害の防止 (離岸流・応急手当・心肺蘇生法)	第6回運動会 7月7日
8月	那覇地区陸上大会・運動会に向けての取り組み	夏休みの宿題 陸上練習 久米島陸上記録会 8月10日
9月	第5回 運動会 陸上競技：短距離走・走り幅跳び	那覇地区陸上競技大会 9月20日
10月	保⑥：性とどう向き合うか ⑦：心の発達① 器械運動：マット運動 (接点技・支持技・ほん転技)	
11月	保⑩：自己形成	那覇地区駅伝競走大会 11月2日
12月	武道：沖縄角力 (引き技・乗せ技・投げ技・かけ技)	2学期期末テスト 11月21日～22日
1月	球技：バレーボール(オーバーハンドパス・アンダーハンドパス)	久米島中体連沖縄角力大会 12月7日(球美中)
2月	保⑬：欲求不満やストレスの対処	
3月	球技：ソフトボール (バッティング・捕球・送球)	学年末テスト 2月12日～14日

4 授業をうける心構え

- ・チャイムが鳴る1分前には授業の準備をして着席・整列し、立腰・黙想を行います。
- ・質問や問いに答えるときは、黙って右手を真っ直ぐ挙げます。(無言挙手)
- ・学習内容に応じてグループ学習やペア学習などを行います。お互いに協力して頑張りましょう。
- ・体育実技教科書・実技ノート、保健体育教科書・保健ノートを使って、ノートやワークの点検をします。毎時間の提出になりますので、必ず提出しましょう。
- ・体育は得意・不得意があります。苦手な事から逃げずに、各種目に取り組み技能を高めていきましょう。また、健康安全に十分に気をつけて授業を受けましょう。

5 家庭学習のアドバイス

- ・学習したことは、その日のうちにノートや実技カードに記入しましょう。
- ・教科書、ワークや授業でまとめたノートを見直し、復習を進めましょう。
- ・ポイントは授業の実技や説明を思い出して覚えましょう。

平成31年度球美中学校各教科シラバス

教科名	中学2年 保健体育科
教科担当	松堂恭文
教科書名	中学体育実技・新中学保健体育
副教材名	中学体育実技ノート（沖縄学販） 保健学習ノート（沖縄学販）

はじめに：これから始まる学習に積極的に意欲を持ち、主体的に学ぶ生徒（本校教育目標：知の側面）をめざし、教科ガイダンスを実施します。この1年間の学習について教科シラバスを示して説明します。

予測が困難と言われるこれからの社会で、球美中生徒のみなさんが、①生きていくため、②あこがれの職業につくため、③夢を実現するためには、中学校の各教科の授業の中で身につける「主体的に学ぶ力」が、みなさんの将来に大きな力となって役立ちます。

球美中学校の各教科担当（教科の先生）は、みなさんに、「主体的に学ぶ力」が身に付くよう、「今日の目標 → 目標を達成するための授業・活動 → 今日目標が達成できたかまとめ・振り返り」による「わかる授業」を学校全体で実践します。

生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」は実生活とつながっているということを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに、「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動(思考・判断・表現等)」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力(=学びに向かう力)」を育成することにつながります。

教科の学びの習得は、あなたの夢をひろげます。ともに頑張りましょう!!

1 保健体育科の学習について

学習のねらい	<ul style="list-style-type: none"> (1) 積極的に運動に親しみ、公正、協力、責任などの態度を身につけ、健康安全に留意して練習や競技（ゲーム）ができるようにする。 (2) 各種の運動に対して、自己の能力に適した課題の解決を目指し、練習の仕方や競技の仕方を工夫することができるようにする。 (3) 各種の運動に対して、自己の能力に適した課題を持ち、運動の特性に応じた方法で技能を高め、体力・技能の向上を図る。 (4) 健康を保持増進するための、知識や生活の仕方を身につける。
授業のすすめ方	<ul style="list-style-type: none"> (1) 「関心・意欲・態度」については、積極的に学習活動に取り組む姿勢（聞く・書く・話す・行う）を育て、毎時間の「めあて」の達成を目指します。 (2) 「技能」については、評価基準Bを目指して、運動の合理的な行い方を学び基礎的・基本的な技能を習得していきます。 (3) 「知識・理解」については、各教科書を活用して、語句の意味や運動の合理的な動き方を確認したり、実践することで理解力を高めます。 (4) 「思考・判断」については、各教科書を活用して運動のポイントを見つけ、学習課題に対して工夫して取り組み、ノートやカードに振り返りを記入することで思考力・判断力を育てます。また、安全に運動に取り組むことを育てます。 (5) ペアやグループでの話し合い活動を取り入れ、お互いの意見や考えを交流させながら、再度自分の考えを練り直すような「主体的で対話的な深い学び」を実践します。
学習上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> (1) 教材（体育着・教科書・ノートなど）の準備は、事前に行う。 (2) 授業の連絡は、体育委員が教科担任と事前に行い、授業に支障のない様にする。 (3) 始業の前に整列して教科担任を待つ。 (4) 授業中は、指示に従い、機敏に行動する。 (5) お互いに協力し、教え合いながら楽しく学習ができるように心がける。 (6) 健康・安全に留意し、授業は元気よく真剣に受ける。

2 評価について

評価方法	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 成績は、毎学期の定期テストや単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 <input type="checkbox"/> 評価の観点は、「運動への関心・意欲・態度」、「運動についての思考・判断」、「運動の技能」、「運動についての知識・理解」です。
定期テスト	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 <input type="checkbox"/> 試験範囲は、定期テスト1週間前までに発表します。

3 年間指導計画

月	主な学習内容および項目	教材・教具等
4月	第1時 ガイダンス ※シラバスを用いて学習内容や評価について説明する。	保健体育科シラバス
5月	新体力テスト：自己の体力を知る 体づくり運動：①体ほぐしの運動 ②体の調子を整える運動 ③仲間と交流するための手軽な運動や律動的な運動 体育理論：スポーツの効果と安全①～③ ダンス：フォークダンスとエイサー	久米島中体連交流戦 5月11日野球・サッカー 18日バスケ・バレー
6月	保健：「健康と環境」スタート 保①：環境の変化と適応能力 ②：活動に適した環境	那覇地区夏季総合体育大会 6月7日～9日 1学期期末テスト 6月26日～28日
7月	水泳：傷害の防止 (離岸流・応急手当・心肺蘇生法) 第6回運動会	第6回運動会 7月7日
8月	那覇地区陸上大会・久米島陸上記録会に向けての取り組み	夏休みの宿題 陸上練習 久米島陸上記録会 8月10日
9月	陸上競技：ハードル・走り高跳び 保⑥：ごみの処理 ⑦：環境の汚染と保全	那覇地区陸上競技大会 9月20日
10月	器械運動：跳び箱運動 (切り返し技・屈伸技・跳びはね技)	
11月	保健：「傷害の防止」 武道：沖縄角力 (引き技・乗せ技・投げ技・かけ技)	那覇地区駅伝競走大会 11月2日 2学期期末テスト 11月21日～22日
12月	球技：バレーボール(オーバーハンドパス・アンダーハンドパス)	久米島中体連沖縄角力大会 12月7日(球美中)
1月	保⑬：自然災害に備えて	
2月	球技：ソフトボール (バッティング・捕球・送球)	学年末テスト 2月12日～14日
3月		

4 授業をうける心構え

- ・チャイムが鳴る1分前には授業の準備をして着席・整列し、立腰・黙想を行います。
- ・質問や問いに答えるときは、黙って右手を真っ直ぐ挙げます。(無言挙手)
- ・学習内容に 応じてグループ学習やペア学習などを行います。お互いに協力して頑張りましょう。
- ・体育実技教科書・実技ノート、保健体育教科書・保健ノートを使って、ノートやワークの点検をします。毎時間の提出になりますので、必ず提出しましょう。
- ・体育は得意・不得意があります。苦手な事から逃げずに、各種目に取り組み技能を高めていきましょう。また、健康安全に十分に気をつけて授業を受けましょう。

5 家庭学習のアドバイス

- ・学習したことは、その日のうちにノートや実技カードに記入しましょう。
- ・教科書、ワークや授業でまとめたノートを見直し、復習を進めましょう。
- ・ポイントは授業の実技や説明を思い出して覚えましょう。

平成31年度球美中学校各教科シラバス

教科名	中学3年 保健体育科
教科担当	松堂恭文
教科書名	中学体育実技・新中学保健体育
副教材名	中学体育実技ノート（沖縄学販） 保健学習ノート（沖縄学販）

はじめに：これから始まる学習に積極的に意欲を持ち、主体的に学ぶ生徒（本校教育目標：知の側面）をめざし、教科ガイダンスを実施します。この1年間の学習について教科シラバスを示して説明します。

予測が困難と言われるこれからの社会で、球美中学生のみなさんが、①生きていくため、②あこがれの職業につくため、③夢を実現するためには、中学校の各教科の授業の中で身につける「主体的に学ぶ力」が、みなさんの将来に大きな力となって役立ちます。
球美中学校の各教科担当（教科の先生）は、みなさんに、「主体的に学ぶ力」が身に付くよう、「今日の目標 → 目標を達成するための授業・活動 → 今日の目標が達成できたかのもち・振り返り」による「わかる授業」を学校全体で実践します。
生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」は実生活とつながっているということを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能の確実な習得」ができるよう努力してください。さらに、「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を活用する活動(思考・判断・表現等)」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「主体的に学ぶ力(=学びに向かう力)」を育成することにつながります。
教科の学びの習得は、あなたの夢をひろげます。ともに頑張りましょう!!

1 保健体育科の学習について

学習のねらい	<ul style="list-style-type: none"> (1)積極的に運動に親しみ、公正、協力、責任などの態度を身につけ、健康安全に留意して練習や競技（ゲーム）ができるようにする。 (2)各種の運動に対して、自己の能力に適した課題の解決を目指し、練習の仕方や競技の仕方を工夫することができるようにする。 (3)各種の運動に対して、自己の能力に適した課題を持ち、運動の特性に応じた方法で技能を高め、体力・技能の向上を図る。 (4)健康を保持増進するための、知識や生活の仕方を身につける。
授業のすすめ方	<ul style="list-style-type: none"> (1)「関心・意欲・態度」については、積極的に学習活動に取り組む姿勢（聞く・書く・話す・行う）を育て、毎時間の「めあて」の達成を目指します。 (2)「技能」については、評価基準Bを目指して、運動の合理的な行い方を学び基礎的・基本的な技能を習得していきます。 (3)「知識・理解」については、各教科書を活用して、語句の意味や運動の合理的な動き方を確認したり、実践することで理解力を高めます。 (4)「思考・判断」については、各教科書を活用して運動のポイントを見つけ、学習課題に対して工夫して取り組み、ノートやカードに振り返りを記入することで思考力・判断力を育てます。また、安全に運動に取り組むことを育てます。 (5)ペアやグループでの話し合い活動を取り入れ、お互いの意見や考えを交流させながら、再度自分の考えを練り直すような「主体的で対話的な深い学び」を実践します。
学習上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> (1)教材（体育着・教科書・ノートなど）の準備は、事前に行う。 (2)授業の連絡は、体育委員が教科担任と事前に行い、授業に支障のない様にする。 (3)始業の前に整列して教科担任を待つ。 (4)授業中は、指示に従い、機敏に行動する。 (5)お互いに協力し、教え合いながら楽しく学習ができるように心がける。 (6)健康・安全に留意し、授業は元気よく真剣に受ける。

2 評価について

評価方法	<input type="checkbox"/> 成績は、毎学期の定期テストや単元テストの得点、授業中の技能テスト・問答・態度、各種提出物などを総合して評価します。 <input type="checkbox"/> 評価の観点は、「運動への関心・意欲・態度」、「運動についての思考・判断」、「運動の技能」、「運動についての知識・理解」です。
定期テスト	<input type="checkbox"/> 授業で扱った事項、および試験前に指定した範囲から出題されます。 <input type="checkbox"/> 試験範囲は、定期テスト1週間前までに発表します。

3 年間指導計画

月	主な学習内容および項目	教材・教具等
4月	第1時 ガイダンス ※シラバスを用いて学習内容や評価について説明する。	保健体育科シラバス
5月	新体カテスト：自己の体力を知る 体づくり運動：①体ほぐしの運動 ②体の調子を整える運動 ③仲間と交流するための手軽な運動や律動的な運動 体育理論：文化としてのスポーツ①～③ ダンス：フォークダンスとエイサー	久米島中体連交流戦 5月11日野球・サッカー 18日バスケ・バレー
6月	保健：「健康な生活と病気の予防」スタート 保①：健康の成り立ち ②：運動と健康	那覇地区夏季総合体育大会 6月7日～9日 1学期期末テスト 6月26日～28日
7月	第6回運動会 水泳：傷害の防止 (離岸流・応急手当・心肺蘇生法)	第6回運動会 7月7日
8月	那覇地区陸上大会・久米島陸上記録会に向けての取り組み	夏休みの宿題 陸上練習 久米島陸上記録会 8月10日
9月	陸上競技：短距離走・ハードル・走り高跳び	那覇地区陸上競技大会 9月20日
10月	保⑥：喫煙と健康 ⑦：飲酒と健康 器械運動：マット運動・跳び箱運動	
11月	保⑩：感染症とその予防	那覇地区駅伝競走大会 11月2日
12月	武道：沖縄角力 (引き技・乗せ技・投げ技・かけ技)	2学期期末テスト 11月21日～22日
1月	球技：バレーボール(オーバーハンドパス・アンダーハンドパス)	久米島中体連沖縄角力大会 12月7日(球美中)
2月	保⑭：共に健康に生きる社会	学年末テスト 2月12日～14日
3月	球技：ソフトボール (バッティング・捕球・送球)	

4 授業をうける心構え

- ・チャイムが鳴る1分前には授業の準備をして着席・整列し、立腰・黙想を行います。
- ・質問や問いに答えるときは、黙って右手を真っ直ぐ挙げます。(無言挙手)
- ・学習内容に応じてグループ学習やペア学習などを行います。お互いに協力して頑張りましょう。
- ・体育実技教科書・実技ノート、保健体育教科書・保健ノートを使って、ノートやワークの点検をします。毎時間の提出になりますので、必ず提出しましょう。
- ・体育は得意・不得意があります。苦手な事から逃げずに、各種目に取り組み技能を高めていきましょう。また、健康安全に十分に気をつけて授業を受けましょう。

5 家庭学習のアドバイス

- ・学習したことは、その日のうちにノートや実技カードに記入しましょう。
- ・教科書、ワークや授業でまとめたノートを見直し、復習を進めましょう。
- ・ポイントは授業の実技や説明を思い出して覚えましょう。