

令和4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	砂辺 光隆
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目標を持って主体的に学び、確かな学力を身につける生徒の育成（本校教育目標：知の側面）することをめざし、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

21世紀は、知的基盤社会といわれています。球美中生徒のみなさんがこの社会で、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、各教科の授業内容が実生活につながっていることを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能を確実に習得」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・技能を生かす活用する活動」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「なりたい自分」から「なれる自分」の過程に好影響をもたらします。

1 保健体育科の学習について

学習のねらい	<p>(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。</p>
授業のすすめ方	<p>(1) 「主体的に学習に取り組む態度」については、運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、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、学習に自主的に取り組む資質・能力は育てていきます。</p> <p>(2) 「知識・技能」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、実践することで基礎的・基本的な技能を習得していきます。</p> <p>(3) 「思考・判断・表現」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。</p> <p>(4) 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。</p>
学習上の留意点	<p>(1) 教材（体育着・教科書・ノートなど）の準備は、事前に行う。</p> <p>(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。</p> <p>(3) 始業の前に整列して教科担任を待つ。</p> <p>(4) 授業中は、指示に従い、機敏に行動する。</p> <p>(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。</p> <p>(6) 健康・安全に留意する。</p>

2 評価について

評価方法	<p><input type="checkbox"/> 成績は、各単元テストの得点、授業中の技能テスト、実技カード、保健ノート等の提出物などや主体的に取り組む態度、健康・安全面に留意した態度を総合して評価します。</p> <p><input type="checkbox"/> 評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。</p>
テスト	<p>単元テスト（知識・技能）</p> <p><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。</p> <p><input type="checkbox"/> 試験範囲は、単元テスト1週間前までに発表します。</p> <p><input type="checkbox"/> 技能テストは、各単元で基本的・基礎的な技能のテストを行います。</p>

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 運動会に向けての取り組み 体育理論：文化としてのスポーツ①～③ ダンス：エイサー	久米島中体連交流戦 5月 野球・サッカー バスケ・バレー
6月	保健：「心身の発達と心の健康」「スポーツの多様性」	那覇地区夏季総合体育大会 6月上旬
7月	傷害の防止 (離岸流・応急手当・心肺蘇生法) 運動会	夏休みの宿題 陸上練習・運動会練習
8月	陸上競技：長距離走	那覇地区陸上競技大会 9月中旬
9月	那覇地区陸上大会 保健：「健康な生活と病気の予防」	那覇地区陸上競技大会 9月中旬
10月	球技：ゴール型	那覇地区駅伝競走大会 10月31日
11月	保健：心身の発達と心の健康 武道：沖縄角力 (引き技・乗せ技・投げ技・かけ技)	久米島中体連沖縄角力大会 12月上旬(球美中)
12月	球技：ネット型	
1月		
2月	球技：ゴール型	
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。
- ・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。
- ・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やワークシートを見直し、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。

令和4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	砂辺 光隆
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目標を持って主体的に学び、確かな学力を身につける生徒の育成（本校教育目標：知の側面）することをめざし、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

21世紀は、知的基盤社会といわれています。球美中生徒のみなさんがこの社会で、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、各教科の授業内容が実生活につながっていることを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能を確実に習得」できるように努力してください。さらに、「各教科で学んだ基礎的・基本的な知識・技能を生かす活用する活動」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「なりたい自分」から「なれる自分」の過程に好影響をもたらします。

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) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。 (2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 (3) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。
授業のすすめ方	<ul style="list-style-type: none"> (1) 「主体的に学習に取り組む態度」については、運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、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、学習に自主的に取り組む資質・能力は育てていきます。 (2) 「知識・技能」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、実践することで基礎的・基本的な技能を習得していきます。 (3) 「思考・判断・表現」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。 (4) 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・安全に留意する。

2 評価について

評価方法	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 成績は、各単元テストの得点、授業中の技能テスト、実技カード、保健ノート等の提出物などや主体的に取り組む態度、健康・安全面に留意した態度を総合して評価します。 <input type="checkbox"/> 評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。
テスト	<ul style="list-style-type: none"> 単元テスト（知識・技能） <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、単元テスト1週間前までに発表します。 <input type="checkbox"/> 技能テストは、各単元で基本的・基礎的な技能のテストを行います。

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 運動会に向けての取り組み 体育理論：文化としてのスポーツ①～③ ダンス：エイサー	久米島中体連交流戦 5月 野球・サッカー バスケ・バレー
6月	保健：「傷害の防止」・「スポーツの意義や効果と学び方」	那覇地区夏季総合体育大会 6月上旬
7月	水泳：傷害の防止 (離岸流・応急手当・心肺蘇生法) 運動会	
8月	陸上競技：選択種目	夏休みの宿題 陸上練習・体力向上
9月	那覇地区陸上大会	
10月	保健：「3章 健康な生活と病気の予防②」 球技：ゴール型	那覇地区陸上競技大会 9月中旬
11月	保健：心身の発達と心の健康	那覇地区駅伝競走大会 10月31日
12月	武道：沖縄角力 (引き技・乗せ技・投げ技・かけ技)	久米島中体連沖縄角力大会 12月上旬(球美中)
1月	球技：ネット型	
2月	球技：ゴール型	
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。
- ・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。
- ・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やワークシートを見直し、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。

令和4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	砂辺 光隆
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目標を持って主体的に学び、確かな学力を身につける生徒の育成（本校教育目標：知の側面）することをめざし、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

21世紀は、知的基盤社会といわれています。球美中生徒のみなさんがこの社会で、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、各教科の授業内容が実生活につながっていることを実感し、各教科が示す「基礎的・基本的な知識・技能を確実に習得」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・技能を生かす活用する活動」に積極的に取り組んで下さい。この地道な努力が、「なりたい自分」から「なれる自分」の過程に好影響をもたらします。

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) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。 (2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 (3) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。
授業のすすめ方	<ul style="list-style-type: none"> (1) 「主体的に学習に取り組む態度」については、運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、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、学習に自主的に取り組む資質・能力は育てていきます。 (2) 「知識・技能」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、実践することで基礎的・基本的な技能を習得していきます。 (3) 「思考・判断・表現」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。 (4) 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・安全に留意する。

2 評価について

評価方法	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 成績は、各単元テストの得点、授業中の技能テスト、実技カード、保健ノート等の提出物などや主体的に取り組む態度、健康・安全面に留意した態度を総合して評価します。 <input type="checkbox"/> 評価の観点は、「知識・技能」、「思考・判断・表現」、「主体的に取り組む態度」です。
テスト	<ul style="list-style-type: none"> 単元テスト（知識・技能） <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、単元テスト1週間前までに発表します。 <input type="checkbox"/> 技能テストは、各単元で基本的・基礎的な技能のテストを行います。

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：文化としてのスポーツ①～③ ダンス：エイサー	久米島中体連交流戦 5月 野球・サッカー 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～④休養・睡眠と健康	那覇地区夏季総合体育大会 6月上旬
7月	運動会	
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・運動会練習
9月	陸上競技：選択種目 保②：感染症とその予防～共に健康に生きる社会	那覇地区陸上競技大会 9月中旬
10月	球技：ゴール型	
11月	武道：沖縄角力（引き技・乗せ技・投げ技・かけ技） 球技：ネット型	那覇地区駅伝競走大会 10月31日
12月	保③：健康と環境	久米島中体連沖縄角力大会 12月上旬（球美中）
1月	球技：ゴール型・ネット型	
2月		
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。
- ・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。
- ・健康や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。