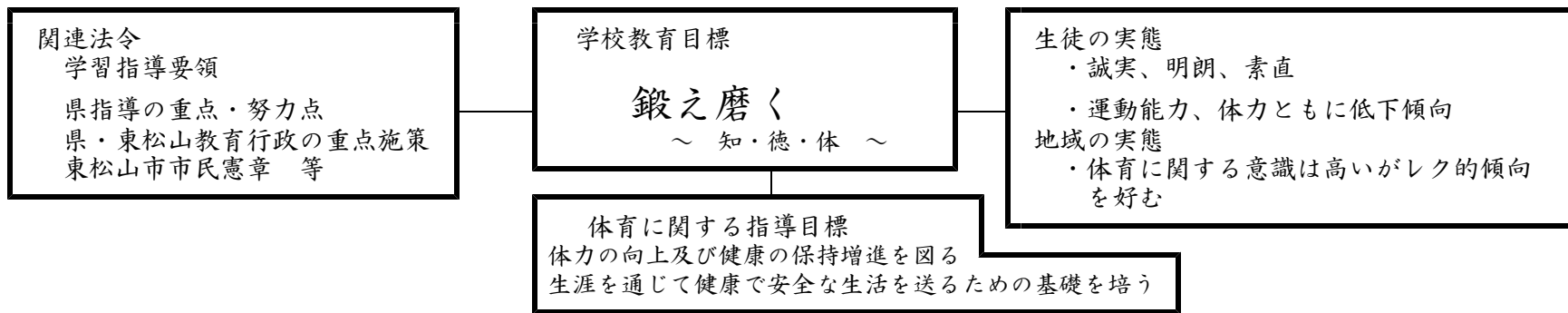


体育に関する全体計画

東松山市立北中学校



体育に関する指導の重点

1. 運動の特性にふれる楽しさや喜びを味わわせ、自主的自発的に学習する生徒の育成に努める。
2. 健康で安全な生活についての理解を深めさせ、実践できる生徒の育成に努める。
3. 一人一人が自己を伸ばしていく評価の工夫と、評価を生かした学習指導の改善・充実に努める。

努力点

- ◎体力の向上を目指し、運動量を確保する。
- 組織的・計画的な体育的活動の充実を図る。
- 施設・設備の充実を図り、有効かつ適切な活用をする。
- 日常の安全点検を重視し、学校事故防止に万全を期す

指導領域	教科 体育		道徳	特別活動				その他
	【体育分野】	【保健分野】		学級活動	生徒会活動	部活動	学校行事	
指導領域	A体づくり運動 B器械運動 C陸上競技 D水泳 E球技 F武道 Gダンス H体育に関する知識	1心身の機能の発達と心の健康 2健康と環境傷害の防止 3健康な生活と病気の予防	関連した内容(略)	1学級や学校の充実と向上に関すること 2個人及び社会の一員としての在り方、学業生活の充実及び健康や安全に関すること 3将来の行き方と進路の適切な選択に関すること	1学校生活の充実や改善向上を図る活動 2生徒の諸活動についての連絡調整に関する活動 3学校行事への協力に関する活動	1共通の興味や関心を追求する活動 2活動の計画や運営に関する活動 3活動の成果の発表や学校行事に協力する活動 4活動をめぐって生じる様々な問題を解決する活動 体育的活動 文化的活動	1儀式的行事 2学芸の行事 3健康安全・体育的行事 4旅行・集団宿泊的行事 5勤労生産・奉仕的行事	部活動 部活動に同じ
主な指導内容	1、体づくり運動 体力の向上を直接のねらいとして学ぶ 2、各種運動 運動の楽しさや喜びを味わう 3、知識 運動と心身の働き等の知識を学ぶ 4、保健 健康の維持や増進に関して心身の機能の発達や心の健康等を学ぶ			1、基本的な健康生活習慣の育成について学ぶ 2、体力作りの自主的な取り組みについて学ぶ 3、運動と身体栄養のバランス、心の発達について学ぶ 4、余暇の利用と快適な生活のための運動やスポーツについて学ぶ	1、体育活動を中心とした自主的・組織的な取り組みについて実践する 2、体育的行事への積極的な取り組みの実践 体育祭 球技大会 マラソン大会	1、体育的部活動の実践により運動技能や体力の向上を図る 2、自主的・組織的な取り組みを学ぶ 3、技能・体力経験・段階に応じた活動計画の作成と運営について学ぶ	1、体育祭並びにスポーツテスト等での力の発揮や運営の仕方について学ぶ 2、スキー教室等での、集団生活を通し行う体育的活動の仕方について学ぶ 3、創意・工夫を生かしての自主的・組織的な取り組みを学ぶ	部活動に同じ 1、 2、 3、 4、競技力を高め勝敗を経験する
関連	・体力向上の基礎として全ての活動に係わる			・自主的な企画運営による実践を図る ・担任教師の体育活動への積極的参加を図る	・体育的行事における自主的な計画・運営と関連させる	・部活動の代替えとして充実を図る	・学級活動、生徒会活動と密接な関連を図る	

保健体育科のねらいと評価

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、積極的に運動に親しむ資質や能力を育てると共に、健康の保持増進のための実践力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

「具体的には」

○ 知識及び技能

- ・運動の技能が優れている。
- ・今ある力を精一杯向上させる。
- ・運動の基礎基本をしっかり身に付けし、実際に向上することができる。

- ・運動の方法や健康・安全について理解できる。
- ・ルールや技術的な知識をしっかり学び生かすことができる。
- ・体育的知識（トレーニング理論・スポーツ理論）を習得し生かせる。

○ 思考・判断・表現力等

- 自己の評価を見つけ、解決の方法を工夫できる。
- ・目標を決め、計画を立て、工夫して取り組む。
- ・自分勝手になく、仲間と協力して楽しい活動を進める。
- ・健康に関心を持ち自分の健康管理ができる。
- ・安全に注意し、危険をさけることができる。

○ 学びに向かう力、人間性

- ・進んで運動を実践し喜びを味わうことができる。
- ・体力づくりに関心をもち、意欲的に運動する。
- ・集中して頑張ると共に最後まで力強くやりぬく。
- ・スポーツが好きで、楽しく運動することができる。
- ・授業の決まりや集団行動のマナーをしっかり守って、活動する。

	学習内容	学習のねらい
1 学 期	体育に関する知識 陸上 ・短距離走 球技Ⅰ バレーボール 水泳 ・クロール ・平泳ぎ ・背泳 ・バタフライ ・リレー	・中学校の体育についてのOT ・種目の特性を生かし、体力向上を視野に入れて活動する。 ・バレーボールの基本技術・マナーを身に付け、特性を生かした活動ができるようにする。 ・技能の向上に応じて、作戦や練習を工夫してゲームを楽しむ。 ・できる泳ぎで競争や向上を楽しむ。 ・向上した泳ぎで、タイムや競争で楽しむ。 ※今年度からバタフライ・リレーが取り入れられたので、生かしていきたい。
2 学 期	水泳 陸上 ・中、長距離走 器械運動 ・マット運動（共通） ・跳び箱 ・鉄棒 （から一つ選択） 武道・ダンス ・武道・ダンス （から一つ選択） 体づくり運動	・ ・長い距離を、自己の筋力、持久力、スピードのバランスをとりながら効率の良いフォームと呼吸法を身に付け、自己ベストを知り自己記録に挑戦する。 ・個々の技がよりよくできるように技能を高める。また、技能を組み合わせるときは、円滑な組み合わせを工夫する。 ・今持っている技能や、新しい技能を課題をもって運動に取り組み、その技能を高め、技がよりよくできるように工夫する。 柔道 ・基本動作、対人技能を使って試合を楽しむ。 ダンス ・曲のイメージからダンスを工夫し、創作してみんなで踊り表現し楽しむ。 ・ねらいに関する運動を工夫して行い、体力を向上させる。
3 学 期	体づくり運動 球技Ⅱ ・バスケットボール	・ねらいに適する運動を工夫して行い体力を向上させる。 ・バスケットボールの基本技術・マナーを身に付け、特性を生かした活動ができるようにする。 ・今持っている技能を使っていろいろなチームと対戦しゲームを楽しむ。 ・技能の向上に応じて、作戦や練習を工夫してゲームを楽しむ。

※ 保 健

- ・ 身体の発育・呼吸循環機能の発達・生機能の成熟・性とどう向き合うか等を中心に行う。

元気よく意欲的に参加しよう。
 授業の約束やルールを守りましょう。
 仲間と協力して活動し、自分の「宝」を発見しよう。
 楽しみながら体力、技能を向上させよう。

運動能力テストは、一学期・二学期の2回行います。

保健体育科のねらいと評価

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、積極的に運動に親しむ資質や能力を育てると共に、健康の保持増進のための実践力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

「具体的には」

○ 知識及び技能

- ・運動の技能が優れている。
- ・今ある力を精一杯向上させる。
- ・運動の基礎基本をしっかり身に付けし、実際に向上することができる。
- ・運動の方法や健康・安全について理解できる。
- ・ルールや技術的な知識をしっかり学び生かすことができる。
- ・体育的知識（トレーニング理論・スポーツ理論）を習得し生かせる。

○ 思考・判断・表現力等

- 自己の評価を見つけ、解決の方法を工夫できる。
- ・目標を決め、計画を立て、工夫して取り組む。
- ・自分勝手になく、仲間と協力して楽しい活動を進める。
- ・健康に関心を持ち自分の健康管理ができる。
- ・安全に注意し、危険をさけることができる。

○ 学びに向かう力、人間性

- ・進んで運動を実践し喜びを味わうことができる。
- ・体力づくりに関心をもち、意欲的に運動する。
- ・集中して頑張ると共に最後まで力強くやりぬく。
- ・スポーツが好きで、楽しく運動することができる。
- ・授業の決まりや集団行動のマナーをしっかり守って、活動する。

	学習内容	学習のねらい
1 学 期	体育に関する知識 体づくり運動 集団行動 新体力テスト① 陸上 ・短距離走 水泳 ・クロール ・平泳ぎ ・背泳 ・バタフライ ・リレー	・中学校の体育についてのオリエンテーション ・体ほぐしの運動 ・集団が行動するときの基本動作のきまり ・自己の体力と適性を知る ・滑らかな動きで速く走れるようにする ・できる泳ぎで競争や向上を楽しむ。 ・向上した泳ぎで、タイムや競争で楽しむ
2 学 期	球技Ⅰ（ネット型） ・バレーボール ・ソフトテニス ・卓球 （から一つ選択） 陸上 ・中、長距離走 器械運動 ・マット運動（共通） 新体力テスト② 武道・ダンス ・柔道・ダンス （から一つ選択）	・スペースを考えた攻防を展開できるようにする ・自己の筋力、持久力、スピードのバランスをとりながら効率の良いフォームで走る ・呼吸法を身に付け、自己記録に挑戦する。 ・基本的な技を滑らかに行い、それらを組み合わせることができる ・自己の体力と適性を知る 武道 ・基本動作、対人技能を使って試合を楽しむ ダンス ・曲のイメージからダンスを工夫し、創作してみんなで踊り表現し楽しむ。
3 学 期	体づくり運動 球技Ⅱ（ゴール型） ・バスケットボール ・サッカー ・ソフトボール （から一つ選択）	・体力を高める運動 ・技能の向上に応じて、作戦や練習を工夫してゲームを楽しむ。

※ 保 健

- ・環境の変化と体
- ・障害の原因と防止
- ・自然災害に備えて
- ・応急手当の意義と手順

元気よく意欲的に参加しよう。
 授業の約束やルールを守りましょう。
 仲間と協力して活動し、自分の「宝」を発見しよう。
 楽しみながら体力、技能を向上させよう。

運動能力テストは、一学期・二学期の2回行います。

保健体育科のねらいと評価

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、積極的に運動に親しむ資質や能力を育てると共に、健康の保持増進のための実践力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

「具体的には」

○ 知識及び技能

- ・運動の技能が優れている。
- ・今ある力を精一杯向上させる。
- ・運動の基礎基本をしっかり身に付けし、実際に向上することができる。
- ・運動の方法や健康・安全について理解できる。
- ・ルールや技術的な知識をしっかり学び生かすことができる。

○ 思考・判断・表現力等

- ・自己の評価を見つけ、解決の方法を工夫できる。
- ・目標を決め、計画を立て、工夫して取り組む。
- ・自分勝手になく、仲間と協力して楽しい活動を進める。
- ・健康に関心を持ち自分の健康管理ができる。
- ・安全に注意し、危険をさけることができる。

○ 学びに向かう力、人間性

- ・進んで運動を実践し喜びを味わうことができる。
- ・体力づくりに関心をもち、意欲的に運動する。
- ・集中して頑張ると共に最後まで力強くやりぬく。
- ・スポーツが好きで、楽しく運動することができる。
- ・授業の決まりや集団行動のマナーをしっかり守って、活動する。

	学習内容	学習のねらい
1 学 期	体育に関する知識 体づくり運動 集団行動 新体力テスト① 陸上 ・短距離走 水泳 ・クロール ・平泳ぎ ・背泳 ・バタフライ ・リレー	・中学校の体育についてのオリエンテーション ・体ほぐしの運動 ・集団が行動するときの基本動作のきまり ・自己の体力と適性を知る ・滑らかな動きで速く走れるようにする ・できる泳ぎで競争や向上を楽しむ。 ・向上した泳ぎで、タイムや競争で楽しむ
2 学 期	球技Ⅰ（ネット型） ・バレーボール ・ソフトテニス ・卓球 （から一つ選択） 陸上 ・中、長距離走 器械運動 ・マット運動（共通） 新体力テスト② 武道・ダンス ・柔道・ダンス （から一つ選択）	・スペースを考えた攻防を展開できるようにする ・自己の筋力、持久力、スピードのバランスをとりながら効率の良いフォームで走る ・呼吸法を身に付け、自己記録に挑戦する。 ・基本的な技を滑らかに行い、それらを組み合わせることができる ・自己の体力と適性を知る 武道 ・基本動作、対人技能を使って試合を楽しむ ダンス ・曲のイメージからダンスを工夫し、創作してみんなで踊り表現し楽しむ。
3 学 期	体づくり運動 球技Ⅱ（ゴール型） ・バスケットボール ・サッカー ・ソフトボール （から一つ選択）	・体力を高める運動 ・技能の向上に応じて、作戦や練習を工夫してゲームを楽しむ。

※ 保 健

- ・環境の変化と体
- ・障害の原因と防止
- ・自然災害に備えて
- ・応急手当の意義と手順

元気よく意欲的に参加しよう。
 授業の約束やルールを守りましょう。
 仲間と協力して活動し、自分の「宝」を発見しよう。
 楽しみながら体力、技能を向上させよう。

運動能力テストは、一学期・二学期の2回行います。