

令和7年度 浦西中学校 各教科シラバス			
学 年	1 年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学保健体育		
副 教 材	学研中学校体育実技		

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦西中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。 また、各教科の評価の観点の3観点としてシラバスに示してあります。 I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。 II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。 III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。 生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が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。			
--	--	--	--

1 保健体育科の目標と評価について	
教科目標	(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つけるようにする。 (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向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。
評価の観点	〔体育分野〕 (知識・技能)○運動、体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身につけている。 (思考・判断・表現)○運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断できる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○公正に取り組むことができる。○協力することができる。○自己の役割を果たすことができる。○一人一人の違いを認めることができる。○健康・安全に留意できる。○自己の最善を尽くすことができる。 〔保健分野〕 (知識・技能)○個人生活における健康・安全について理解できる。○基本的な技能を身につけている。 (思考・判断・表現)○健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断できる。○他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
方 法 評 価	○評価は、単元テストの得点、授業中の技能の出来映え、活動の様子、ロイロカード、ふり返りカードの記述内容、学習に取り組む態度などを総合して行います。

2 保健体育科の学習について	
進 授 業 方 法	【共通】 ・時間を守り、学習用具をそろえ、話を聴くこと。 ・めあてを意識して、学習課題(Q:問い)や学習活動に取り組もう。 ・自分の考えを他者に伝える活動を通して、コミュニケーション能力を高めよう。 【体育分野】 ・自分の体力や運動技能が高めるために、粘り強く取り組もう。 ・準備、片付けは責任をもって取り組もう。 ・健康・安全に気をつけ、安全・安心な学習をしよう。 ・ルールやマナーを守り、社会性を身につけよう。 ・仲間と協力して、学習活動に取り組もう。 【保健分野】 ・健康に関する知識を身につけよう。 ・健康に関する自他の課題を発見し、課題解決について考えよう。
テ 単 ス 元	○体育分野および保健分野の学習内容から出題します。授業中で取り組んだ「学習課題(Q:問い)」を中心に復習しましょう。

3 年間指導計画			
月	学習内容 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		
4 5	○ガイダンス A体づくり運動 ①体つくりの運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解し、目的に適した運動を身に付け組み合わせることができる。 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、ことなどや健康・安全に気を配ることができる。		
	H体育理論 ①運動やスポーツが多様であることについて理解することができる。 ②運動やスポーツが多様であることについて、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運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組むことができる。 1スポーツの始まりと発展 2スポーツへの多様な関わり方 3スポーツの多様な楽しみ方		
6 7	B器械運動(マット運動) ①技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技能の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、技がよりよく行うことができる。 ②技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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、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課題や挑戦を認めようとする、ことなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを組み合わせることができる。	D水泳(クロール) ①記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、水泳の特性や成り立ち、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を理解するとともに、泳法を身に付けることができる。 ②泳法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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③水泳に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする、分担した役割を果たそうとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする、ことなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ること。 ※クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスをとり速く泳ぐことができる。	保健分野 ①健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができる。 ②健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができる。 ③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むことができる。 1健康の成り立ち 2運動と健康 3食生活と健康 4休養・睡眠と健康
8 9	Gダンス(現代的なリズムのダンス) ①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、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすることができる。 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ることができる。 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する、こと、交流などの話合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとする、ことなどや、健康・安全に気を配ることができる。	C陸上競技(短距離・リレー) ①記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、陸上競技の特性や成り立ち、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を理解するとともに、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる。 ②動き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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする、分担した役割を果たそうとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする、ことなどや、健康・安全に気を配ることができる。	

10 11	F武道（空手道） ①空手道について、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができる。 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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができる。		保健分野 ①心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処をすることができる。 ②心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができる。 ③心身の機能の発達と心の健康についての学習に自主的に取り組むことができる。 1体の発育・発達 2呼吸器・循環器の発達 3生殖機能の成熟 4性とどう向き合うか 5心の発達①知的機能と情意機能の発達 6心の発達②社会性の発達 7自己形成 8欲求不満やストレスへの対処 ① 8欲求不満やストレスへの対処 ②
	E球技（バドミントン）【ネット型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、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することができる。 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ることができる。 ③球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※ネット型では、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をすることができる。	E球技（ソフトボール） 【ベースボール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、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することができる。 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ることができる。 ③球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。	
	E球技（バスケットボール） 【ゴール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、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することができる。 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ることができる。 ③球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※ゴール型では、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ができる。	E球技（ハンドボール） 【ゴール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、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することができる。 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ることができる。 ③球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※ゴール型では、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ができる。	

4 家庭学習のアドバイス			
○タブレット(eライブラリ、ロイノート)を活用して、学習内容を復習しよう。 ○自分の興味のある運動や健康に関することを調べてみよう。			

令和7年度 浦西中学校 各教科シラバス

学 年	2年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学保健体育		
副 教 材	学研中学校体育実技		

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦西中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。

また、各教科の評価の観点点が3観点としてシラバスに示してあります。

I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。

II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。

III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。

生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が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。

1 保健体育科の目標と評価について

教科 目 標	(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つけるようにする。 (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向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。
評 価 の 観 点	〔体育分野〕 (知識・技能)○運動、体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身につけている。 (思考・判断・表現)○運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断できる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○公正に取り組むことができる。○協力することができる。○自己の役割を果たすことができる。○一人一人の違いを認めることができる。○健康・安全に留意できる。○自己の最善を尽くすことができる。 〔保健分野〕 (知識・技能)○個人生活における健康・安全について理解できる。○基本的な技能を身につけている。 (思考・判断・表現)○健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断できる。○他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。
方 法 評 価	○評価は、単元テストの得点、授業中の技能の出来映え、活動の様子、ロイロカード、ふり返りカードの記述内容、学習に取り組む態度などを総合して行います。

2 保健体育科の学習について

進 授 め 業 方 の	【共通】 ・時間を守り、学習用具をそろえ、話を聴くこと。 ・めあてを意識して、学習課題(Q:問い)や学習活動に取り組もう。 ・自分の考えを他者に伝える活動を通して、コミュニケーション能力を高めよう。 【体育分野】 ・自分の体力や運動技能を高めるために、粘り強く取り組もう。 ・準備、片付けは責任をもって取り組もう。 ・健康・安全に気をつけ、安全・安心な学習をしよう。 ・ルールやマナーを守り、社会性を身につけよう。 ・仲間と協力して、学習活動に取り組もう。 【保健分野】 ・健康に関する知識を身につけよう。 ・健康に関する自他の課題を発見し、課題解決について考えよう。
テ ス ト 単 元	○体育分野および保健分野の学習内容から出題します。授業中で取り組んだ学習課題(Q:問い)を中心に復習しましょう。

3 年間指導計画			
月	学習内容 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		
4 5	○ガイダンス A体づくり運動 ①体づくりの運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解し、目的に適した運動を身に付け組み合わせることができる。 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、話し合いに参加しようとする、ことなどや健康・安全に気を配ることができる。		
	H体育理論 ①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理解することができる。 ②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、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学習に積極的に取り組むことができる。 1スポーツが心身と社会性に及ぼす効果 2スポーツの学び方 3スポーツの安全な行い方		
6 7	B器械運動 (マット運動・跳び箱運動) ①技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、技をよりよく行うことができる。 ②技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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③器械運動に積極的に取り組むとともに、よい演技を認めようとする、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課題や挑戦を認めようとする、ことなどや、健康・安全に気を配ることができる。	D水泳(平泳ぎ) ①水泳の運動について、記録の向上や競争の楽しさを味わい、水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に対して高まる体力などを理解するとともに、泳法を身に付けることができる。 ②泳法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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③水泳に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする、分担した役割を果たそうとする、一人一人の違いを認めようとする、ことなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全に気を配ることができる。	保健分野 ①傷害の防止について理解を深めるとともに、応急手当をすることができる。 ②傷害の防止について、危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現することができる。 ③傷害の防止についての学習に主体的に取り組むことができる。 1傷害の原因と防止 2交通事故の現状と原因 3交通事故の防止
8 9	Gダンス(現代的なリズムのダンス) ①現代的なリズムのダンスについて、感じをこめて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、表現の仕方その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、イメージを捉えた表現や踊りを通じた交流をすることができる。 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ることができる。 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する、交流などの話し合いに参加しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を認めようとする、ことなどや、健康・安全に気を配ることができる。	C陸上競技(短距離・リレー) ①短距離・リレーについて、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、陸上競技の特性や成り立ち、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を理解するとともに、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる。 ②動き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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③陸上競技に積極的に取り組むとともに、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとする、分担した役割を果たそうとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとする、ことなどや、健康・安全に気を配ることができる。	

10 11	F武道（空手道） ①空手道について、技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開することができる。 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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとするなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができる。		保健分野 ①傷害の防止について理解を深めるとともに、応急手当をすることができる。 ②傷害の防止について、危険の予測やその回避の方法を考え、それらを表現することができる。 ③傷害の防止についての学習に自主的に取り組むことができる。 4犯罪被害の防止 5自然災害に備えて 6応急手当の意義と基本 ・心肺蘇生法 ・きずの手当
	E球技（バドミントン）【ネット型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、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することができる。 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ることができる。 ③球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※ネット型では、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をすることができる。	E球技（ソフトボール）【ベースボール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、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することができる。 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ることができる。 ③球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。	
	E球技（バスケットボール）【ゴール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、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することができる。 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ることができる。 ③球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※ゴール型では、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ができる。	E球技（ハンドボール）【ゴール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や成り立ち、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することができる。 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ることができる。 ③球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとするなど、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとするなど、仲間の学習を援助しようとするなどや、健康・安全に気を配ることができる。 ※ゴール型では、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ができる。	

4 家庭学習のアドバイス	
○タブレット（eライブラリ、ロイロノート）を活用して、学習内容を復習しよう。 ○自分の興味のある運動や健康に関することを調べてみよう。	

令和7年度 浦西中学校 各教科シラバス

学 年	3年	教科名	保健体育
教科担当			
教科書名	学研中学保健体育		
副 教 材	学研中学校体育実技		

「シラバス」とは、各教科の授業内容や学習の方法、評価の方法などを記した総合的な学習計画のことです。浦西中学校の「シラバス」は、生徒の皆さんが1年間、何を学び、どのように学習を進めていくかを示すことで、見通しを持って、計画的・主体的に授業に取り組めることをねらいとして作成しています。 また、各教科の評価の観点点が3観点としてシラバスに示してあります。 I「知識・技能」…各教科等で、学習する過程で身に付けた知識や技能の習得状況について評価を行います。また、それらを既に身に付けている知識や技能と関連付けたり活用したりする中で、他の学習や生活の場面でも活用できる程度に、概念として理解したり技能を習得したりしているかについて評価を行います。 II「思考・判断・表現」…各教科等の知識や技能を活用して課題を解決するために必要な思考力、判断力、表現力を身に付けているかを評価します。 III「主体的に学習に取り組む態度」…知識や技能を獲得したり、思考力、判断力、表現力を身に付けたりすることに向けた粘り強い取り組みの中で、自ら学習を調整しようとしているかを評価します。 生徒の皆さんは、各教科の授業における「学び」が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。			
---	--	--	--

1 保健体育科の目標と評価について			
教科 目標	(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つけるようにする。 (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向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。		
評価 観点	【体育分野】 (知識・技能)○運動、体力の必要性について理解できる。○基本的な技能を身につけている。 (思考・判断・表現)○運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断できる。○自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○公正に取り組むことができる。○協力することができる。○自己の責任を果たすことができる。○参画することができる。○一人一人の違い大切にすることができる。○健康・安全を確保できる。 【保健分野】 (知識・技能)○個人生活における健康・安全について理解できる。○基本的な技能を身につけている。 (思考・判断・表現)○健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断できる。○他者に伝えることができる。 (主体的に学習に取り組む態度)○心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営もうとしている。		
方 法 評 価	○評価は、単元テストの得点、授業中の技能の出来映え、活動の様子、ロイロカード、ふり返しカードの記述内容、学習に取り組む態度などを総合して行います。		

2 保健体育科の学習について	
進 授 め 業 方 の	【共通】 ・時間を守り、学習用具をそろえ、話を聴くこと。 ・めあてを意識して、学習課題(Q:問い)や学習活動に取り組もう。 ・自分の考えを他者に伝える活動を通して、コミュニケーション能力を高めよう。 【体育分野】 ・自分の体力や運動技能を高めるために、粘り強く取り組もう。 ・準備、片付けは責任をもって取り組もう。 ・健康・安全に気をつけ、安全・安心な学習をしよう。 ・ルールやマナーを守り、社会性を身につけよう。 ・仲間と協力して、学習活動に取り組もう。 【保健分野】 ・健康に関する知識を身につけよう。 ・健康に関する自他の課題を発見し、課題解決について考えよう。
テ ス ト 単 元	○体育分野および保健分野の学習内容から出題します。授業中で取り組んだ「学習課題(Q:問い)」を中心に復習しましょう。

3 年間指導計画			
月	学習内容 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		
4 5	○ガイダンス A体づくり運動 ①体づくりの運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動の継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができる。 ②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ることができる。 ③体づくり運動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、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、話し合いに貢献しようとし、健康・安全を確保することができる。		
	H体育理論 ①運動やスポーツが多様であることについて理解することができる。 1 スポーツの文化的意義 2 国際的なスポーツ大会とその役割 3 人々を結び付けるスポーツ		
6 7	B器械運動（マット・跳び箱運動） ①器械運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技することができる。 ②技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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③器械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を讃えようとし、互いに助け合い教え合おうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保することができる。	D水泳（泳法を選択する） ①水泳の運動について、記録の向上や競走の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。 ②泳法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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③水泳に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとし、自己の責任を果たそうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができる。	保健分野 ①健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができる。 ②健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それらを表現することができる。 ③健康な生活と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る。 1 感染症とその予防 2 性感染症とその予防／エイズ 3 健康を守る社会の取り組み 4 医療機関の利用と医薬品の使用
8 9	Gダンス（現代的なリズムのダンス） ①現代的なリズムのダンスについて、ダンスについて、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じ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ることができる。 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し、作品や発表などの話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとし、健康・安全を確保することができる。	C陸上競技（短距離・リレー） ①短距離・リレーについて、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身につけることができる。 ②動き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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとし、自己の責任を果たそうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保することができる。	保健分野 ①健康と環境について理解を深めることができる。 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するとともに、それらを表現することができる。 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。 1 環境の変化と適応能力 2 活動に適した環境

10 11	F武道（空手道） ①空手道について、技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができる。 ②攻防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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 ③武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、健康・安全を確保することができる。		保健分野 3 室内の空気の条件 4 水の役割と飲料水の確保 5 生活排水の処理 6 ごみの処理 7 環境の汚染と保全
	E球技（バドミントン）【ネット型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 ②攻防などの自己やチームの課題を発見し、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球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができる。 ※ネット型では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をすることができる。	E球技（ソフトボール）【ベースボール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 ②攻防などの自己やチームの課題を発見し、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球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができる。 ※ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防をすることができる。	
12 1	E球技（バスケットボール）【ゴール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 ②攻防などの自己やチームの課題を発見し、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球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができる。 ※ゴール型では、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ができる。	E球技（ハンドボール）【ゴール型】 ①勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 ②攻防などの自己やチームの課題を発見し、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球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができる。 ※ゴール型では、ゴ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ができる。	
2 3			

4 家庭学習のアドバイス

- タブレット(eライブラリ、ロイロノート)を活用して、学習内容を復習しよう。
- 自分の興味のある運動や健康に関することを調べてみよう。