

## 〈保健体育科〉

		3 年 年 間 計 画	時 数
1 学 期 其 月		<b>体育理論（体育授業のきまり、集団行動、文化としてのスポーツ）</b> 体育の授業のあり方や進め方、運動やスポーツの文化を理解する。また、1年間の年間授業計画を理解する。	4
		<b>体づくり運動（新体力テストを含む）</b> 自己の体力に関心を持ち、自己の体力に応じた課題をもって、体づくりをしたり、体力を高めたりすることができるようにする。その中で、中学3年生としての運動能力を測定し今後の課題を確認する。	5
		<b>保健（健康な生活と疾病の予防）</b> 健康な生活と疾病の予防を理解することができるようにする。	5
		<b>球技Ⅰ（バレーボール、バドミントン、テニス、卓球）【種目選択】</b> ネット型。チームの課題や自己の能力に適した課題を持って取り組み、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	15
		<b>水泳</b> 長く泳ぐこと・速く泳ぐことができるようにするとともに、水泳の事故防止に関する心得を守り、安全に留意して練習ができるようにする。	10
2 学 期 其 月		<b>保健（健康な生活と疾病の予防）</b> 健康な生活と疾病の予防を学習することができるようにする。	10
		<b>体づくり運動</b> 自己の体力に応じた運動の取り組み方を工夫計画することができる。	4
		<b>陸上競技（長距離走）</b> 自己の能力に適した課題を持って、その技能を高め、記録を伸ばすことができるようにするとともに、仲間と協力し記録の向上を目指すことができるようにする。	8
		<b>武道・ダンス（柔道・剣道／ダンス）</b> 武道は、1年次からの選択してきた種目の選択を原則とする。個々の技能を高めることができるようにする。	8 × 2
3 学 期 其 月		<b>球技Ⅱ（球技選択・球技大会練習）</b> チームの課題や自己の能力に適した課題を持って取り組み、その技能を身につけ、作戦を生かした攻防を展開してゲームができるようにする。	23
		<b>保健（健康な生活と疾病の予防）</b> 健康な生活と疾病の予防を理解することができるようにする。	5