

R6 保健体育 オリエンテーション

東陽中学校 保健体育科

[体育分野]

1 目標

[第1 学年及び第2 学年]

- (1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、知識や技能を身に付け、運動を豊かに実践することができるようにする。
- (2) 運動を適切に行うことによって、体力を高め、心身の調和的発達を図る。
- (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たすなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を育てる。

[第3 学年]

- (1) 運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、知識や技能を高め、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにする。
- (2) 運動を適切に行うことによって、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、心身の調和的発達を図る。
- (3) 運動における競争や協同の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画するなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を育てる。

☆授業の約束

体育の目標を達成するために…

「授業は安全に行われなければならない」ゆえに…

- ①準備運動をする。（体育館3周，グラウンドは1周，体操，補強運動等）
- ②集団行動を守る。（並ぶ，列で動く，円になる，グループで行動する等）
- ③先生の話しを聞く（球技の場合は、笛の合図でボールを使うのを止める）
- ④用具を正しく使う。（危険行為があれば，用具は使えません）
- ⑤授業中はきびきびと駆け足で行動する。（指示なく座らない）

※ 「約束が守れない」「指示が聞けない」場合は，見学とします。どうしても，危険だと判断した場合は，残念ですが授業を打ち切ることもやむを得ません。

「ルールを守れば楽しい，得意な人も不得意な人も協力すれば，お互いを高め合うことができる」そのためには…

いつでも，どこでも，だれとでも！！

☆服装

制服の衣替えと同時に…夏：半袖，ハーフパンツ

冬：長袖または半袖，ハーフまたは長いパンツ，
どちらもOKですが，季節にあった服装をする。

☆成績（5段階5・4・3・2・1）について

先生が見る観点は3つです。運動神経やDNAに成績はつけません。

- ①学びに向かう人間性（進んで…準備運動，準備や片付け，参加する，発言する）
- ②思考・判断・表現（作戦を考える，状況を判断する，役割を果たす，分担する等）
- ③知識・技能（運動の技能を高めた，フォームが美しい，記録を伸ばした，
運動の名前や保健の知識をテストで発揮した，言葉がわかる等）