

R7 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なるとともに、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とする。
- (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とする。
- (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…

「**授業は安全に行わなければならない**」ゆえに…

- ① 準備運動をする。 (持久走, 体操, ストレッチ, 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 先生の話を聞く (球技の場合は、先生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)