中学校で学ぶ教科「保健体育」って？？

オリエンテーション資料

中学校 第１学年

１年　　組　　番　氏名（　　　　　　　　　　　　　）

**・教科「保健体育」はこのように構成されています。**

|  |  |
| --- | --- |
| **体育分野** | **保健分野** |
| **A　体つくり運動****B　器械運動****C　陸上競技****D　水泳****E　球技****F　武道****G　ダンス****H　体育理論** | **（１）健康な生活と疾病の予防****（２）心身の機能の発達と心の健康****（３）傷害の防止****（４）健康と環境** |
| **３年間で合計３１５時間【１年間で１０５時間（週に約３時間）】****（体育分野：２６７時間程度、保健分野：４８時間程度）** |

**◎「H　体育理論」って何？？**

**→運動やスポーツがどのように発展してきたのか、運動やスポーツへのかかわり方やその学び方にはどのようなものがあるのか、運動やスポーツにはどのような効果や意義があるのかなどを勉強します。**

**体育分野**

**・小学校での学習をより発展させて、いろいろな種目の特性（面白さ）にふれながら学んでいきます。「F　武道」や「H　体育理論」など小学校のときにはなかった領域もあります。**

**保健分野**

**・小学校での「保健」をより科学的に学んでいきます。健康面や安全面について考えたり、実生活と結びつけて考えたり、大人になるうえで大切なことを学んでいきます。**

**「保健体育」の授業でどういったことに挑戦してみたいか書いてみよう。**

|  |
| --- |
|  |