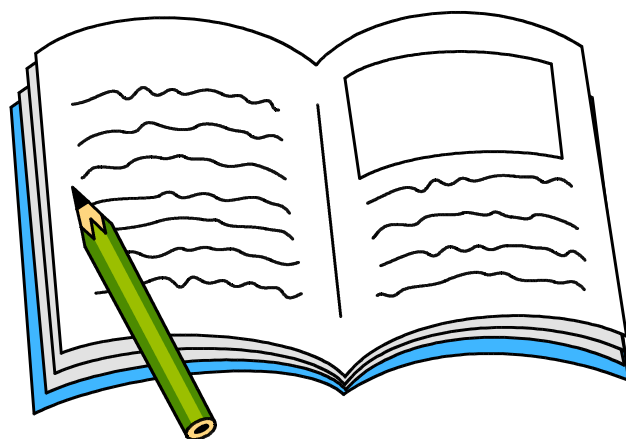


令和7年度

学習の手引き

全学年用



北広島市立西の里中学校

家庭学習の手引き（中学校用）

1. 家庭学習のコツ



「理解し、覚え、使いこなす」が目標

中学校の授業は、小学校と比べより専門的になります。また学習する量も増えるため、十分に理解したり、覚えたり、使いこなせるようになるためには、毎日の家庭学習がとても大切です。



“勉強の仕方”を見つけましょう。



“毎日続けて”取り組みましょう。

2. 家庭学習提出のきまり



教科ごとにノートを用意。



ノートは朝読書前に職員室前廊下のテーブルに提出。

3. おうちのかたの支援



集中して勉強できる環境を確保する。



子どもが勉強するときは、家族も協力する。

やり抜く力や自制心を高めることが必要です

家庭学習の手引き（中1・2用）

1. 学習時間の目安



※ 塾や家庭教師等も含む

反復と練習量の確保が大切

- 覚える練習
- 解く練習

2. 学習のコツ

色々な勉強方法を試みましょう！



◎ まずは教科書とワークが土台です

学力を伸ばす土台となる教材は、教科書とワークです。授業でも活用しますが家庭でも完璧に覚えるまで何度も繰り返し行うことが学力向上の第一歩です。

◎ 理解や覚えが不十分な授業内容を復習しましょう

中学校では小学校と比較して授業を進めるスピードが早くなります。学習内容が多くなり、定期的にテストを行うからです。授業内の練習や説明だけでは理解や定着が充分でない内容は、もう一度家庭学習でじっくりと復習する習慣をつけましょう。

◎ 授業のノートや配布されたプリントを大切に

授業で作成したノートや配られた授業プリントを家庭で読み直してみると、授業の良い振り返りになります。またテストに向けて絶対に覚えておくべきポイントや問題が書かれていることが多いです。

ノートとプリントは大切に保管し、家庭学習でも活用できるようにしましょう。

家庭学習の手引き（中3用）

1. 学習時間の目安



徹底した反復と演習が大切

- 1、2年の内容を覚え直す
- 入試の問題を想定した演習

※ 塾や家庭教師等も含む

2. 学習のコツ

勉強を優先させた生活を目指そう！



◎ まずは教科の宿題とその日の復習を必ずやりましょう。

3年生になれば、“家庭学習しない日がない”のが当たり前。勉強に取り掛かるきっかけとして、その日の宿題と授業の復習をルーティーンとして生活の一部にしてしまいましょう。

◎ 1学期から、1・2年生の学習内容を覚え直しましょう。

入試問題は中学校1・2年生の学習内容も含まれます。膨大な量の学習内容を入試直前に全て覚え直すことは難しいでしょう。1学期から家庭学習で1・2年生の教科書とワークを開き、ポイントを絞って総復習していきましょう。

◎ 入試を想定した応用問題をたくさん解いて場数を踏みましよう。

入試制度が変更になり裁量問題はなくなりましたが、私立も含めて応用力が試されます。単純に暗記した知識だけでは満足のいく結果は得られません。基礎力がついてきたら、問題集を利用して実際の入試を想定した練習を数多くこなし、家庭学習で経験値を重ねていきましょう。

西の里ベーシック

R4～

	内 容
その1	次の授業の学習道具を机の上に準備してから、トイレ・水のみに行きます。 (5時間目の準備は、昼休みの予鈴後に行います)
その2	授業開始時に、必要な学習用具のみを机上に出します。
その3	移動教室の時には、机上に物を置かず、椅子は机の下にいれます。
その4	授業中、正しい姿勢で座ります。
その5	個人ロッカー(棚)は、写真で示された置き方で使用し、日常的に自分で整理します。

教科オリエンテーション 国語科

1. 教科の特色

(1) 知識および技能

- ・言葉の特徴や使い方……漢字、文法、語彙、表現の技法など
- ・情報の扱い方……情報の整理、情報から思考への広げ方など
- ・我が国の言語文化……古典（古文・漢文）、書写、読書など

(2) 思考力・判断力・表現力

- ・話すこと・聞くこと……聞き取り、スピーチ、話し合いなど
- ・書くこと……説明文、意見文、創作（物語・詩歌）、手紙など
- ・読むこと……文学的文章、説明的文章

これらの学習によって、言葉を通して人とつながり、過去に学んで新たな時代の価値を創造できるような、「これからの社会を生きるための国語力」を高めます。

2. 学習への心構え・約束

- (1) まず、今日は何を学習するのか先生の話聞いてしっかり理解しましょう。
- (2) 挙手・発表、話し合いへの参加、課題への取り組みなど、学習に意欲的に取り組みましょう。わからないところも積極的に質問してください。
- (3) 友人の発表や先生の話をよく聞いて、自分の考えをより深めましょう。また、そのためにも、先生だけでなく教室のみんなに聞こえる声で発言しましょう。
- (4) ノートには、先生が黒板に書いたことだけでなく、自分で大切だ・必要だと思ったことも書き込みましょう。授業で使ったプリントはすべてはりつけること。
- (5) こまめに辞書を引きましょう。難しい言葉は辞書を引いて意味や読みを自分で調べましょう。
- (6) 全学年とも、ほぼ毎回、授業の初めに漢字の五問テストを行います。どの漢字を出すかは事前に知らせますので、確実に練習しておきましょう。練習を積み重ねることで、自分の中に定着します。

【持ち物】

- (1) 基本……【国語】教科書、ノート、ワーク、資料集

【書写】書写の教科書、習字セット（硬筆の場合は鉛筆）

※墨汁も個人で用意してください（万が一に備えて半紙も）。

- (2) 教室の棚に置いて帰ってよい物……教科書、ノート、ワーク、資料集、辞典、書写の道具

- (3) もちろん、忘れ物はしないように気を付けてください。もし忘れ物をしたら、授業が始まる前に先生に申し出ること。勉強道具の貸し借りは禁止です。

3. 家庭学習の仕方

- (1) 授業のノートとは別に家庭学習ノートを準備してください。そのノートに勉強したら、学校に持ってきて先生に出しましょう。アドバイスします。
- (2) 習ったことはその日のうちに復習しましょう。教科書を読み返し、ノートやプリントをまとめることが大事です。覚えることは何度も書いて確実に身につけましょう。問題演習にも挑戦してみましょう。
- (3) ワークの宿題以外のページは、自主的にどんどん取り組みましょう。家庭学習ノートに答えを書くようにすれば、テスト前に繰り返し使えます。
- (4) 漢字は毎日コツコツと！ 漢字の読み書きは全ての教科の基礎です。普段から漢字の読み書きの練習に励みましょう。（書きは小学校の漢字、読みは教科書の漢字全て）
- (5) 読書の幅を広げましょう。いろいろな種類の本や新聞を読むようにしましょう。

数 学 科 オリエンテーション資料

① 教科の特色

数学では、「答えは1つだけど、考え方はたくさんある」ということがよくあります。正答が求められなくても、一生懸命に「求め方を考える」ことが重要です。この考える力『思考力』は、授業を通してぜひ身につけてほしい力の1つです。また、その考えを説明し、表す力『表現力』が必要です。現代におけるコミュニケーション能力でもあります。これからの授業の中で、多くの知識や技能を身に付け、課題について思考・判断し、みんなで協力しながら解決方法を表現しあって、主体的に楽しく数学を学習しましょう。

② 学習への心構え・約束

- ・前の時間の授業が終わったら、すぐに学習用具の準備をする。始業前にはトイレ等を済ませ、着席する。
- ・忘れ物をしたときは、授業前の休み時間に、直接先生に報告する。
- ・板書を必ずとる。 ・「書かなくてよい」と言われたとき以外は、自らとる。
- ・疑問があるときは、恥ずかしがらず質問する。 ・授業中はドンドン間違っても OK！

③ 家庭学習の仕方

- ① 復習は特に大切です。授業のあったその日のうちに、復習するのが効果的です。
- ② 「今日の授業でどんなことを学習したか」を思い出しながら、問題を解いてみましょう。
- ③ 教科書には「たしかめの補充問題」「実力アップ問題」のページがあるので、余力があればチャレンジしましょう。

④ その他

授業の持ち物 教科書・ノート・ワークの3点（授業開始前に机の上に置く）

クロームブックは指示があるときに準備する。

コンパス・定規については必要な時に連絡します。

定期・学力テストの時は、コンパス、定規を準備すること。※分度器、折り畳み定規は×

社会科オリエンテーション

1 教科の特色

- 地理：世界、日本、自分の住んでいる地域について、地形、気候、風土、産業など、それぞれの地域の特色を学び、私たちはどのような世界で生活しているのか背景についても考えます。
- 歴史：現在の世界や日本の社会ができた歴史を知り、これからの世界や日本のあり方について考えます。
- 公民：政治や経済のしくみを学習し、地理や歴史で学習したことを基に、これから社会の一員として、主体的により良い社会を築くための方法について考えます。

➡これから社会に出て活躍する人として、必要な知識・技能を身につけ賢く生きること。

1年生⇒地理・歴史 2年生⇒地理・歴史 3年生⇒歴史・公民 を学習します。

2 学習への心構え・約束 ～明るく、楽しく、けじめをもって～

- ① あいさつはしっかり、元気よく！
- ② 授業前に道具準備！忘れ物は朝のうちに連絡を！
- ③ 授業中、集中する！
- ④ どんどん発言する！
- ⑤ 提出物は期限を必ず守る！

★いろいろな考え方があって当然なので「違い」を認め合うこと。

★話し合うとき、書くとき、話を聞くとときなど、切り換えとけじめをつけること。

3 家庭学習の仕方

- ① 教科書の黒太字を中心に説明ところまで覚える（理解する）。
※重要人物・重要語句ノートやカードを作ると学習効果が高まります。
- ② 授業プリントを基に自分がわかりやすい復習ノートをつくる。
- ③ 重要語句や特色などを説明・記述できるようにする（近年、重要です）
- ④ ワークや問題集などを活用して実践的問題に取り組む＝**アウトプット**
- ⑤ できる限り**インプット**と**アウトプット**を繰り返す。

インプット

4 学習用具

- ① ノートは用意しなくもいいです。必ず授業ではワークシート（プリント）を配布します。ファイルを用意しますので、それにファイリングして行って下さい。ファイルを紛失や破損してしまったら自費でA4ファイルを購入して下さい。
- ② テスト関係は、原則、アプリで採点します。字が薄いとご認識しますので、テスト用にB以上の濃さのものを用意して下さい。（特に筆圧の弱い人）
- ③ 地理を中心に色鉛筆を使用する場合があります。貸出用もあるのですが、良いものではありません。自分のものを持ってきて構いません。

理科 学習の方法

学習の目的

現在の「便利な生活」は先人たちの知恵と努力によって形成されたものです。今の時代に伝えられているこの便利な生活は「科学」の力を土台として築き上げられてきたものです。

しかし、目先の「便利な生活」のために「環境破壊」や「生物の絶滅」、「想定外」と思われていたことが、地球規模で深刻な問題として次々と発生しているのも事実であり、急速に進行している実態もあります。

これからの時代を生きるあなたには、人間も地球上の生物の一員であるという自覚を持ち、そして目先の便利さではなく、自然との調和を考え、環境を保全していくことが大切なのです。

理科は自然と人間がうまくつきあう方法を考える教科です。

授業の約束

- ◆ 毎時間必要なもの…教科書・ノート(いわゆる大学ノート)・ワーク・のり(他は教科リーダーを通して連絡します。忘れ物がないように準備しましょう。忘れた場合は、授業開始前に自ら報告しましょう。
- ◆ A4のファイル(紙ファイルなど)を学校で準備します。各種テスト(定期テストや単元テスト、学力テスト、小テストなど)やその他プリントを整理するために使います。いざというとき、見直すのに有効に活用できるよう、日頃からしっかりと整理する習慣をつけましょう。
- ◆ 学習準備
 - ① 教室か移動教室(理科室)かを確認し、3分前行動を遵守しましょう。
 - ② 休み時間の間に机の上に学習用具を出し、今日やる内容を確認しておきましょう。
 - ③ 黒板はきれいにしておきましょう。
- ◆ 授業中
 - ① 授業の課題を把握し、授業の終わりでは学習内容を振り返る学習活動を定着させましょう。
 - ② 先生の話をしっかり聞きとりましょう。私語は厳禁です。
 - ③ ノートは黒板に書いてあることはもちろん、気のついたことは自分の言葉でまとめるとさらによくなります(色ペンなどは3色くらいが見やすくよいでしょう)。
 - ④ プリント類は見やすいようにノートにしっかりと貼りましょう。
 - ⑤ 実験・観察などは指示をしっかり聞いてから行い、みんなで学習する雰囲気を高めていきましょう。
- ◆ 観察・実験
 - ① みんなの安全を考え、勝手なことは絶対にはいけません。
 - ② 班で協力して、準備や片付けなどは最後まで責任を持ってやり遂げましょう。
 - ③ 結果や考察は自分の言葉で記入しましょう。その積み重ねが自分の力へとつながります。
- ◆ 授業をより理解するために

授業中でわからなかったところ、新しい疑問などは、「すぐに解決すること」に努めましょう。特に、3年生での学習は、1・2年生で学習したことが土台になってきます。自分で調べる、友人に聞く、先生に聞くなど方法はたくさんあります。

 - (1) 予習のポイント … 特に必要はありません。
 - (2) 復習のポイント … 「継続と反復」です。
 - ア 授業のノート・教科書・ワークなどを活用して自分独自の家庭学習ノートをつくってみよう。教科書の太字の言葉の意味、公式、単位、器具の名称、観察・実験の注意事項と結果などポイントとなる部分を図など交えながらまとめると力がついてきます。
 - イ 問題集やワークなどを使って問題を解くことで自分の理解度を確認しよう。ワークの別冊ノートを有効に活用すると繰り返し取り組むことができます。特に公式を活用する問題は、答えを求めることができるようにすることが大切です。
 - ウ テレビや新聞などで話題になる科学に関することに関心を持つことも大切です。

1年生の学習内容と進度

いろいろな生物とその共通点 … 植物や動物のからだのつくりとはたらき、分類について学習します。また、観察・実験を通して生物の調べ方の技能を学びます。

身のまわりの物質 … 固体・液体・気体の性質と状態変化について学習します。また、物質の性質や変化の調べ方の基礎を学びます。

身のまわりの現象 … 光や音の規則性、力の性質について学習します。また、これらの現象を日常生活と関連付けて科学的にみる考え方を学びます。

大地の変化 … 岩石・地層・地形などの観察を通して、地表に見られるさまざまな現象を大地の変化と関連付けて、その認識を深めます。

2年生の学習内容と進度

化学変化と原子・分子 … 化合・分解などにおける物質の変化やその量的な関係について学習します。また、これらの事象を原子・分子のモデルと関連付けて学びます。

生物のからだのつくりとはたらき … 細胞のつくりについて観察し、動物のからだのつくりとはたらきと関連付けて、動物の生活と種類について学習します。

天気とその変化 … 気象要素が天気にどのような影響を与えるのかを学習します。また、日本の天気の特徴についても学びます。

電流 … 電流回路の実験を通して、電流と電圧の関係について学習します。また、電流と磁界の関係を日常生活と関連付けて学びます。

3年生の学習内容と進度

化学変化とイオン…水溶液の電気泳動性や中和反応について学習します。また、これらの事象を「イオン」のモデルと関連付けて考察します。

生命の連続性…細胞の単位から生物の成長と殖え方、遺伝現象について学習します。

運動とエネルギー…運動の規則性やエネルギーの基礎について学習します。また、日常生活と関連付けてエネルギーについて学びます。

地球と宇宙…地球の運動を日常生活と関連づけながら考察するとともに、太陽の特徴、月や惑星の運動などの学習を通して、宇宙の広がりについての考えを深めます。

地球と私たちの未来のために…自然界における生物相互の関係やつり合いについて考察し、環境保全のあり方について学習します。また、エネルギー資源の現状と今後の展望、科学技術の発展と人間生活の関連性について学習します。

英語科オリエンテーション資料

□中学校英語の特色

英語は世界の人々の生活や考え方を理解するための、コミュニケーションの手段です。中学校英語では、英語についての知識と技能を身につけ、実際に英語を使えるようになることを目指します。また、まとまった英語の文章を読んだり書いたりすることができるようになることも目標となります。

□学習への心構え・約束

英語の授業は体育や音楽と同じように“繰り返し練習する”ことが上達への近道となります。最近では、英語は勉強というよりむしろトレーニングと表現されています。ペア活動で練習量を増やし、授業で行われる発音練習や会話練習に積極的に取り組みましょう。大学入試制度改定に伴い、「英語を話す」ことがこれまで以上に重視されます。

英語を話すとき、ミスが起こって当たり前だと思ってください。アメリカ人、イギリス人ですら英語を話すときミスが生じています。いよいよ英会話が土台となる英語授業が展開されることになるでしょう。

□家庭学習の仕方

【英語上達のポイント】

英語学習の基本は、音読です。意味のわかっている英文を極力正確な発音で何度も声に出して読むことで、英語5技能《聞く、読む、話す(やり取り)、話す(発表)、書く》を伸ばす土台を作ることができます。教育出版のホームページ(学びリンク)や、デジタル教科書で、英語の教科書の音声データを聞くこともできるので、それを活用するとさらに効果が上がるでしょう。

【質の高い家庭学習を目指すには】

- ① 暗唱(教科書の本文)
- ② 音読筆写(英文を声に出して読み、その英文を見ないで、ノートに書く。)
- ③ 間違ったワークの問題を、自分の力で正答できるまで解く。
- ④ 日常の出来事や感想を英文で書いてみる。(英語日記など)
- ⑤ YouTube にある英語学習の動画を活用するのも効果的。実際のネイティブの英語を聞く練習にもなる。英語字幕付きの英語ニュース番組もおすすめ。

音楽科オリエンテーション

♪音楽科の目標

表現及び鑑賞の幅広い活動を通して、音楽を愛好する心情^{☆1}を育てるとともに、音楽に対する感性^{☆2}を豊かにし、音楽活動の基礎的な能力を伸ばし、音楽文化についての理解を深め、豊かな情操^{☆3}を養う。

☆1 生活に音楽を生かし、生涯にわたり音楽を愛好しようとする思いです。

☆2 音や音楽を知覚し感受するときに、一人一人がそれぞれの感じ方で味わうものです。

☆3 美しいものや優れたものに接して感動する、情感豊かな心です。

(音楽によって養われる情操は、直接的には美的情操…美しさを受容し求める心…が最も深く関わっています。)

♪持ち物 ・授業の席は指定されたところに座ります。

全学年	1年生	2年生	3年生
①筆記用具	毎回使用		
②音楽ファイル	毎回使用		
③教科書 (音楽のおくりもの)	中学音楽1 中学器楽	中学音楽2・3上 中学器楽	中学音楽2・3下 中学器楽
④合唱曲集 (マイソング)	毎回使用		
⑤アルトリコーダー	中学器楽の教科書とリコーダーはセットで使用		

♪評価

学習内容は 歌唱・器楽・鑑賞・創作分野を以下の観点で評価していきます。

観 点	評価項目	ポイント
①知識・技能	☆ワークシートの記述(鑑賞) ☆授業の取り組み ☆実技テスト(歌唱・器楽) ☆作品(創作)	音楽用語などの音楽に関わる知識や鑑賞の知識などを覚えているか、音程やリズム、演奏技法を正しく身につけて表現できているかを評価します。
②思考・判断・表現	☆実技テスト(歌唱・器楽) ☆ワークシートの記述 ☆作品(創作)	楽譜を読み取った上で、「こんなふうに表現したい！」という気持ちをどれくらい音楽で表現したかや、記述に表れているかを評価します。
③主体的に取り組む態度	☆授業の取り組み ☆ワークシートの記述 ☆学習カルテ	自分から進んで学習しているか。今もっている力を応用して、さらに高めるにはどうしたらよいかを考えることができているか。グループ活動などでは周囲と協力して活動しているかなどを、評価します。

美術科オリエンテーション資料

1. 教科の特色

美術は、創造活動の喜びを味わい、美術を愛好する心情を育て、感性を豊かにして美術の基礎的能力を伸ばす教科です。また、技能を習得し活用する力、見通しを持って作業する力を養います。

自分の思い描くものを表現したい、制作したい、そのような願いがあるとき、わたしたちは様々なことを考えます。それを実現するために、技法を知り活用し、情報を得て工夫します。

絵を描くこと、ものを作り出すこと、様々な作品の鑑賞を通し、わくわくしたり、うまくいかない葛藤を覚えたり、美しいものへの感動や、衝撃的な作品への驚き、思いがけないものが出来上がった時の喜び、そんな、心の動きを通して、これまでに知らなかったほかの誰でもない、自分の一面を発見し、ここに存在していることを感じ取ってほしいと思います。

2. 学習への心構え・約束

- (1) 活動は基本的にいつも美術室です。授業が始まる前にしっかり席に着いてください。
- (2) 作品を完成させることが目標ですが、その過程も美術表現の一部です。最後まで粘り強く取り組みましょう。
- (3) 定期テストがありません。その分より良い作品作りに集中してください。
- (4) 準備から後片付けまでが美術活動です。作業の前後は整理整頓を心がけましょう。
- (5) 個人で用意するものは最低限となるよう配慮していますので、忘れ物のないようにしましょう。
忘れ物があると、制作が進まなかったり、技能の観点評価に影響が出たりします。
毎回教室移動があるので、教室にも忘れ物をしないようにしましょう。

※持ち物について

○筆記用具、教科書、は毎回使います。

○デザインセット（1年時に配布）、はさみ、定規、コンパス、クロムブックなど、各単元で指定されたものはその都度持ってきてください。

3. 評価の観点

美術の評価は主に次の3つの観点で実施します。

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
豊かな造形活動を実現させるための必要な知識と技術の習得と活用	主題を生み出すための発想や構想的確さや面白さ、独創性	学習に対する積極的な姿勢 作品の描き込みや作り込み 楽しもうという意欲

3つの観点は、それぞれの課題ごとに評価されます。

4. 持ち物について

○デザインセット（1年時に配布） ○はさみ ○定規 ○コンパス ○各単元で指定されたもの
個人で用意するものは最低限となるよう配慮していますので、忘れ物のないようにしましょう。
忘れ物があると、制作が進まなかったり、技能の観点評価に影響が出たりします。

西の里中学校 保健体育科 オリエンテーション

1. 保健体育科で何を学ぶのか

あなたは今「健康」ですか？

健康ということばを何気なく使っていますが、健康とはどのような状態をいうのでしょうか。病気になると健康のありがたさがよくわかります。これは、空気を吸って生きていながら、その大切さに気づかないのとよく似ています。健康だということは、病気でないということだけではありません。明るく生き生きとした気持ちで、**心もからだも**よい状態にあるということです。

今、みなさんが中学生として生活している時期を「思春期」と言います。この思春期は、人間の一生の中でも急激に心や身体が発育する時期です。つまり「おとな」になるための準備が急ピッチで進められているのです。

この大切な時期に、発育発達期の特徴をよく理解して、運動、栄養、睡眠、そして学習などを適切に取り入れたり、行ったりすることにより、心身のはたらきをいっそう高め、**健康づくり**をすることが大切です。

この保健体育の学習を通して、健康についての正しい考え方や健康の保持増進の仕方を身につけ実践し、自分自身の健康な「心と身体」を育てていきましょう。

(1) 保健

自分自身の心や身体、そして現代社会の健康問題について考え、**わたしたちの行動やとりまく環境が、健康にどのような影響をおよぼすかについて理解を深めましょう**。そして一生を通じて健康であるために、どのように生活したらよいのか考え、実践しましょう。

(2) 体育

人生を楽しく明るく豊かにするために、**一生を通じて運動に親しみ、運動を実践し継続していく能力や態度を身につけること**が大切です。中学校3年間で運動の楽しさを体験し、体力や技術、スポーツの知識を身につけ、中学校を卒業してからも、運動を続けて実践していけるように準備をしておきましょう。

2. 授業の受け方

「できる、できないだけではない。

できるようになろうとする**姿勢や気持ち**が大切である。」

(1) 楽しく工夫して、仲間と一緒に主体的に学習しよう！

～技能や体力、知識の個人差はあっても、意欲と向上心を持って取り組もう。友だちと助け合い励まし合いながら、協力して活動しよう。

(2) 学習全体の流れを見通そう！

～今日は何をするのか、今何をしたらよいのか、これからどうなっていくのか？学習の見通しを持って参加しよう。

(3) 自分や仲間にあった課題を見つけよう！

～自分や仲間が、今できることは何だろう。できないことは何だろう。レベルアップするために必要なことは何だろう？

(4) 課題の解決方法を工夫しよう！

～どうやったらわかるようになるだろう？できるようになるのだろう？どうしたらもっとやりやすくなるだろう？

(5) 自分や仲間の学習の成果を評価しよう！

～わかったことは何だろう。できるようになったことはどんなことかな？努力した人は誰だろう。結果と合わせて、途中の経過も大切にしよう。

学習の約束

保健体育の授業では、集団で活動をすすめる場面がたくさんあります。他人との関わり合いの中で活動します。したがって、お互いにルールを守ることがたいへん大切です。また、自他の安全に十分気をつけることも重要です。約束を守り、ケガや事故のない楽しい学習にしましょう。

①服装や持ち物

- ・服装は、指定ジャージ・指定Tシャツ・ハーフパンツです。夏の暑い時には、指定Tシャツ・ハーフパンツで行います。靴は、運動靴とします。靴下は、運動にふさわしいものとします。
- ・荷物や脱いだ上着は、指定された場所に整頓して下さい。
- ・怪我防止等、安全面を考慮し、爪は短く切り、髪の高い人は縛りましょう。(ゴムの色は黒・紺・茶)
- ・忘れ物などがある場合は、事前に先生に申し出ます。
- ・タオルや着替えなど必要な場合は各自で準備して下さい。
- ・制汗スプレーの使用は禁止です。

②授業の受け方

- ・授業開始前に集合し、教科リーダーを中心に準備運動を行います。
- ・「気をつけ⇒休め⇒気をつけ⇒お願いします！」
「気をつけ⇒休め⇒気をつけ⇒ありがとうございました！」元気よくみんなで挨拶をします。
- ・先生の指示をきちんと聞き(私語をしない、手いじりをしない)、素早く的確に行動します。
- ・勝手に活動場所を離れません。必要があれば先生に申し出てください。
- ・教科担任の指示なく、器具室へ入ったり、ボール等の用具を使用したり、ステージ上やギャラリーに上がることはやめましょう。
- ・2時間続きの授業の場合、先生の指示に従って休憩をとります。
- ・用具の準備や片づけは、教科リーダーを中心にみんなで協力して行います。
- ・健康安全に留意し、集中して明るく元気よく活動します。
- ・ケガや事故が起こったときには、すぐに先生に申し出て事情を説明します。
- ・教室での授業では、指定された座席に座ります。

③見学について

- ・見学の場合に、事前にわかっている時には先生に申し出て指示を受けます。授業中は「**見学カード**」を記入し、授業後に提出します。(職員室前の棚上にあるので先生に伝えた後に指示を得て、取りに行く)。学校にきてから調子が悪くなったときは、必ず保健室へ行き、指示を受けてください。

教科リーダーの役割

- ・早めに授業の確認(内容・準備)をし、前日までに学級へ連絡します。
- ・必要な時には、授業前の休み時間に再度変更がないか確認し、連絡します。
※生徒玄関前に場所を示した掲示物がありますので参考にして下さい。
- ・授業のリーダーとして、準備片付け・準備運動・挨拶など、中心となって活動します。

3. 授業の流れ

- (1) ランニング…体育館ではオールコート3周、グラウンドではトラック1周
- (2) 体操隊形…学級4列縦隊、縦横とも両手間隔(基本的に)
- (3) 準備体操 「シン里中コーデ」でしっかり運動準備をする
- (4) さらに補強運動…先生に指示されたトレーニングを行う
- (5) 集合・整列
- (6) 挨拶…教科リーダーの号令「気をつけ」「休め」「気をつけ」「お願いします」
みんなで「お願いします」(日本文化“間”を楽しむ)
- (7) 授業
- (8) 挨拶…教科リーダーの号令「気をつけ」「休め」「気をつけ」「ありがとうございました」
みんなで「ありがとうございました」(日本文化“間”を楽しむ)

4. 年間の主な予定

1学期 体づくり運動・陸上競技・体育祭・サッカー・ソフトボール・新体力テスト・保健

2学期 器械運動(マットor跳び箱)・バレーボール・バスケットボール・ダンス・空手・保健

3学期 バレーボール・バスケットボール・軽スポーツ・保健

5. 「学びの記録」について

- chromebookで「学びの記録」のやり取りを行います。
- ・組、出席番号、氏名を事前に打ち込んでおいてください。
 - ・各授業前に「日時」と「今日の目標」が提示されています。確認してください。
 - ・授業が終わったらタブレットシートに、その日に理解した事、気づいたこと、学んだ事などを記入してください。
 - ・記入が終わったら「提出ボタン」を押してください。
 - ・”提出期限”が設定されていますので、その日までに記入を終えて、提出して下さい。提出期限を過ぎて提出した場合は評価が下がっていきますので期限を厳守してください。
 - ・提出された授業の右欄に「評価」をします。次の授業に活かしてください。

【クラスコード】	1年A組	w2z24ejz		
	2年A組	7uaujfdh	2年B組	m76pzsr4
	3年A組	7cvdgjj	3年B組	yzuckzs

6. 評定（評価）について

「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3つの部分から評価を行います。日常の授業への取り組みのようす、日常の実技のできばえや取り組み、実技テストの状態や提出物のできばえなどをみながら判断します。

3つの部分の割合は、全体を300とすると次のようになります。※今年度から変更になります。

「知識・技能」	→	100
「思考・判断・表現」	→	100
「主体的に学習に取り組む態度」	→	100

3つの部分で、しっかりと取り組んでほしいところは次のようなことです。

「知識・技能」 100

- 基本的な運動の技能を身につけているか。
- 技能や体力を高めるための合理的な行い方を身につけているか。
- 自己やグループの技能や記録などを伸ばそうと取り組んでいるか。
- 状況に応じた適切な技能を発揮しているか。
- 運動の特性や安全について理解しているか。
- ルールや技術などの基礎的知識を身につけているか。

「思考・判断・表現」 100

- 自分やグループにあった課題を設定し活動しているか。
- 課題解決を目指して取り組んでいるか。
- 練習方法などに創意工夫が見られるか。
- 安全に配慮し、用具などの使い方が適切であるか。
- 学んだことを理解し、まとめられているか。

「主体的に学習取り組む態度」 100

- 服装や持ち物などの事前準備ができているか。
- 学習における約束事が守られているか。
- 仲間と協力しながら、準備や片づけを含めた活動ができているか。
- 授業（ランニング・里中コーデ含）に主体的に取り組んでいるか。
- 継続的に努力しているか。
- 健康安全に気をつけているか。

見学カード

西の里中学校保健体育科

令和 年 月 日 曜日		時間目
見学者学年・氏名	年 組 氏名	
見学理由		
活動場所		
単元・種目		
今日 の 授 業 の 内 容		
授 業 の 感 想		

技術科オリエンテーション

《技術科の学習でめざしていること》

□体験的な学習活動を通して「ものづくり」に興味を持ち、より良い方法を工夫しながら材料と加工・エネルギー変換・生物育成・情報に関する知識や技能の基礎を学び、身に着けた技能や知識を活用していこうとする態度を育てることを目指しています。

《ものづくりとは…》

□人間が、頭・手・足を使って、生活の便利や向上のために役立つ形ある『もの』を作ること。
□目的を持って「もの」に行為を加え、最初よりも付加価値のついた「もの」に変化させること。

《例として》 ◇木工作品 ◇電気工作 ◇料理や裁縫 ◇花や野菜の生物育成

《各学年の主な学習内容》・・・作業をともなう学習

1 年	2 年	3 年
■木工制作に関わる知識・技能 ■木工作品の制作	■生物育成（水耕栽培キット） ■ラジオの制作（はんだごて） ■エネルギーについて	■制御・計測（クロム使用）

《技術の授業の約束》

- 技術の授業がある日はジャージ登校となります。
- 先生の指示にしたがって作業や学習を進める。工具等を使うので、絶対にふざけない。
- 道具類の片付け・整理整頓をしっかり行う。
- 道具や機械等の故障や破損があった場合は、すぐに先生に申し出る。
- 友だちや班の仲間と協力して作業や学習を進める。



《評価について》

※定期テストは年3回実施し、技術科50点、家庭科50点、合計100点満点です。
また、成績は、技術科の成績と家庭科の成績を総合して「技術・家庭科」の成績として算出します。技術科が得意でも、家庭科が苦手だと、「技術・家庭科」の成績は良いものとならないので、どちらの教科も頑張るようにして下さい。



《家庭での学習》

基本的には特別な家庭学習は必要ありません。「DIY」…自分で製作する 「家庭菜園」…家庭で栽培する 「パソコン操作」…プログラミング、デザイン、制御など用途は無限にありますね。

家庭科オリエンテーション

♪ 家庭分野の目標

衣食住☆1などに関する実践的・体験的な学習内容を通して、生活の自立☆2に必要な基礎的・基本的な知識及び技術を習得するとともに、家庭の機能☆3について理解を深め、これからの生活を展望して、課題をもって生活をよりよくしようとする能力☆4を育てる。

- ☆1 生活全般に関わる内容を取り上げます。
- ☆2 家庭を支える一員となれることをめざします。
- ☆3 子どもが育つ環境であり、生活の基盤です。
- ☆4 身近な生活をよりよくしようと考え、実践する力を身につけるための教科です。

♪ 持ち物

①筆記用具 ②家庭分野の教科書 ③学習ノート

《必要に応じて用意するもの

※調理実習（1年生） ①エプロン ②三角巾 ③マスク ◎爪は切っておきましょう

※裁縫道具（2学年） 小学校で使っていたもの

（裁ちばさみ 糸切りばさみ まち針 針さし チャコ鉛筆 手縫い針 リッパー など）

♪ 約束

○衛生・安全を第一に心がけましょう。

○忘れ物をしたときは、授業が始まる前に必ず申し出ましょう。

◎テスト期間（テスト2週間前）は、教科書、学習ノートを持ち帰り家庭学習をしましょう。

