

1年 保健体育 シラバス

1 保健体育科の目標

- (1) 運動に親しみ、進んで学習に取り組んで体力の向上に努めることができる生徒の育成
- (2) 健康や安全についての正しい知識と判断の下、意志決定や行動選択ができる生徒の育成

2 教科における重点目標等

活動を通して様々な運動の基本的な知識・技能を身に付ける能力の育成。

グループ活動において技術の分析や作戦など根拠を持って発言できる場面設定や、チームでの作戦、授業の振り返りを行うための話し合い活動を設定。

3 学力を向上させる方法

- (1) 高い目標を持ち、積極的に活動をする。
- (2) ペア学習、グループ学習を通して、技能のポイントを互いに教え合う。

4 評価の観点

評価の観点	観点の内容	評価の方法
知識・技能	各種の運動の特性やルールを理解しているか、また健康や安全について理解しているか。各種の運動技能が身に付いているか、体力が向上しているか。	定期テスト、運動の特性の理解（ルールや競技運営、審判等）、事故防止や安全、健康管理のための知識など 運動の特性にあった個人・集団技能が身に付いたか、実技テスト、記録など
思考・判断・表現等	体育的な考え方をしているか、正しい判断ができているか。	学習・練習方法の工夫、学習カードの内容（課題を理解し、課題解決しようとしているか）、話し合い活動など
主体的に学習に取り組む態度	体育に興味を持っているか、授業に積極的に取り組んでいるか。	授業への取り組みの様子（積極性、仲間との協力・アドバイス、声）、出席状況、持ち物、学習カードの提出など

5 家庭学習の仕方

体力向上・技能向上のために自主的に運動を行う。

6 年間学習予定

学期	単元名	学習のポイント
1 学 期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 集団行動 ・ 体づくり運動 ・ 新体力テスト ・ 剣道 ・ 球技①（バレーボール） ・ 水泳 ・ 保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 集団行動を通して安全な授業を進めるための約束事を身に付けます。 ・ 自分の体に関心を持ち、体力を高める運動を身に付けます。 ・ 各種目の体力テストを通し、自分の課題を見つけ克服できる態度を身に付けます。 ・ 剣道では、基本動作や基本技を身に付け、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わいます。 ・ 各種の基本的な技能を身に付け、進んで練習に取り組める態度を身に付けます。 ・ 各泳法の基本的な技能を身に付け、技能段階に応じた泳ぎを身に付けます。 ・ 心身の発達と心の健康について考え、中学生としての成長を理解します。
2 学 期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体育祭練習 ・ 球技②（ソフトボール） ・ 器械運動（マット運動） ・ 陸上競技（走り幅跳び） ・ ダンス（現代的なリズムダンス） ・ 保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体育祭練習ではお互いの力を利用したり協力したりすることで、責任感や協調性を養います。 ・ 各種の基本的な技能を身に付け、進んで練習に取り組める態度を身に付けます。 ・ 器械運動では、各種の基本的な技能を身に付け、進んで練習に取り組める態度を身に付けます。 ・ 陸上競技では、走・跳・投の基本的な技術を身に付け、より速く、より遠くに記録が出るように工夫します。 ・ ダンスでは、お互いの表現を認め合い、感じを込めて踊ることでダンスの楽しさや喜びを味わいます。 ・ 心身の発達と心の健康について考え、中学生としての成長を理解します。
3 学 期	<ul style="list-style-type: none"> ・ 球技③④（サッカー、バスケットボール） ・ 保健 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 各種の基本的な技能を身に付け、進んで試合や練習に取り組める態度を身に付けます。 ・ 心身の発達と心の健康について考え、中学生としての成長を理解します。

※予定種目に変更になる場合もあります。