

シラバス 保健体育科

教科名	第1学年 保健体育科	担当者 吉村 貞彦
-----	------------	-----------

【 学習到達目標 】

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成することを目指す。

【 学習方法やポイント 】

- ・ 集団行動を通して、クラスという集団の一員であることを意識して行動する。
- ・ 各種目、基礎練習から取り組み、知識や技能を身につける。実技テストで技能の習得を確認する。
- ・ できなかったことができるようになる達成感を味わう。
- ・ 学習プリントを使用し、行ったことを振り返り、学んだこと、反省や課題などを記入し次につなげるようにする。

【 年間学習計画表 】

学期	単元・題材名	主な学習内容	学習のねらい
1 学期	オリエンテーション	<ul style="list-style-type: none"> ・ 1年間の授業内容、評価方法、授業でのルール等を理解する。 ・ 集団行動・ラジオ体操 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 授業の取り組み方、ルールを確認しスムーズに授業を行うことができる。 ・ 集団行動の大切さ、体育の授業に取り組む姿勢をつくる。
	陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> ・ 短距離走 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自己の最大スピードを高めたり、スピードを生かしたバトンパスを身につける。タイムを短縮するためにスタートやフォームを改善できるようにする。
	水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・ 水泳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ クロールや平泳ぎなどの基本動作を理解する。記録の向上や競う楽しさを味わい、技術の名称や行い方などを身につける。
	保健	<ul style="list-style-type: none"> ・ 運動やスポーツの多様性 ・ 調和のとれた生活 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 運動やスポーツはどのように生まれたのか、発展や関わり方には、どのようなものがあるかを理解する。 ・ 健康、運動、食生活、休養について理解する。
2 学期	体育大会練習	<ul style="list-style-type: none"> ・ 種目練習 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 安全に競技が行えるようにルールを理解する。

	器械運動	・マット運動	・回転系・巧技系（マット）切り返し系の基本的な技から発展技までを組み合わせ、演技できるようになる。
	球技	・ソフトボール	・基本的な動きである、投げる動き、捕る動きを学ぶ。バッティングティーを使った打撃と定位置での守備によって、攻防を展開する。
	保健	・心身の発達と心の健康	・体の発育・発達、呼吸器・循環器、生殖機能、性とどう向き合うかについて理解する。
3 学 期	球技	・サッカー	・ボール操作と空間に走りこむなどの動きによってゴール前での攻撃をすることができる。
	武道	・剣道	・基本動作や基本となる技ができるようにする。相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ることができるようになる。
	保健	・心身の発達と心の健康	・脳や心の発達、自己形成、欲求不満やストレスへの対処を理解する。

【評価について】

保健体育科では、以下の3つの観点に基づき、生徒の皆さんの学習の様子を総合的に評価します。

① 知識・技能

保健分野、体育理論、運動に関する知識について理解しているか。

基本的な技能を身に付けているか。試合や記録会・発表会で技能を発揮できているか。

（主に定期テスト、各種目で行う技能テストで評価します。）

② 思考・判断・表現

自己のことを理解し、練習や試合を考えて行い、練習方法を工夫したり、課題を持って取り組んだりしているか。

（主に学習プリント、ノート、練習や試合での動き、定期テストで評価します。）

③ 主体的に学習に取り組む態度

出欠・服装、忘れ物、授業に取り組む姿勢、準備・後片付け、練習・演技を積極的に行っているか。

（主に授業態度、提出物、忘れ物、定期テストで評価します。）

※①②の評価の内容も含まれます。