

第1学年保健体育科 シラバス（学習案内）

教科の目標

○中学校保健体育科の目標

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・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他社に伝える力を養う。
- (3) 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

○中学校1・2年生の保健体育科の目標

- (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い、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- (2) 運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
- (3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとする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養う。

本校ではこれらの目標を次の「評価の観点と方法」をもとに達成することを目指します。

評価の観点と方法

観点別評価の項目	評価の観点	評価の方法
関心・意欲・態度	・授業の約束事を守り、意欲的にとりくんでいる。 (出席数、準備運動や補強運動た集団走の声、服装や身だしなみ、忘れ物、取り組む姿勢、提出物)	観察
思考・判断	・その時間の目的をしっかりと考えて取り組んでいる。 (仲間との協力など、学習カードの記入内容)	観察、学習カード
技能	・各種目の技能を身に付けている。 (どれだけ上達してかも考慮する)	観察、技能テスト
知識・理解	・各種目のルールや練習方法について ・授業内容や目的について (年3回のテスト結果や提出物)	観察、学習カード、定期テスト

第 1 学 年 保 健 体 育 科 学 習 計 画

学期	月	学習内容（单元名）	学習のねらい
一 学 期	4		
	5		
	6	体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 ・今の自己の体力を知り、体力の維持、向上を目指す。
	7	球技（バドミントン） 球技（卓球）	<ul style="list-style-type: none"> ・色々なシャトルのフライトを知り、ラリーを楽しむ。 ・色々な打ち方を知り、ラリーを楽しむ。 ・基本的な技能を身に付け、ゲームを展開する。
二 学 期	8	体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 ・力強い動きや巧みな動き、体の柔らかさを高める運動を行う。
	9	球技（バレーボール）	・オーバーハンドパスやアンダーハンドパスなどの基本的な技能を練習し、仲間と協力してボールをつなぎ、ラリーを楽しむ。
	10	保健	<ul style="list-style-type: none"> ・「健康な生活と疾病の予防」 健康や疾病は、主体の要因と環境の要因が関わり合って発生することを理解する。
	11	陸上競技 （短距離走・リレー）	・スタートや中間疾走、パトンの受け渡しの技術を知り、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わう。
	12	ダンス	・感じを込めて踊ったりみんなで踊ったりする楽しさや喜びを味わう。
		陸上競技（長距離走）	・ペース走やスピード走を行い、持久力を高める。
		球技（サッカー）	・パスやドリブル、シュートなどの基本技能を身につけ、仲間と協力してゲームを楽しむ。
三 学 期	1	球技 （バスケットボール）	・パスやドリブル、シュートなどの基本技能を身につけ、ゲームを楽しむ。
	2	保健	<ul style="list-style-type: none"> ・「心身の機能の発達と心の健康」 健康の保持増進を図るための基礎として、年齢に伴う心身の機能の発達や心の健康を保持増進する方法について学習する。
	3		

◎学習計画は、実態に応じて変更することもあります。