

令和6年度 保健体育科シラバス（1 学年）



1 目標

- <体育分野>
- 運動の楽しさや喜びを味わうために必要な技能を身に付けよう。
 - 運動や健康安全についての知識や実践する力を身に付けよう。
 - 課題を発見し、解決に向けて考え、判断し、伝える力を身に付けよう。
 - 積極的に運動に親しみ、明るく豊かな生活を営む態度を身に付けよう。
- <保健分野>
- 個人生活における健康・安全に関する理解を通して、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を身に着けよう。

2 重点

- ①運動の特性や魅力にふれる楽しさや喜びを味わわせ、体力と運動の技能を高める授業の実践。
- ②健康・安全について、科学的に理解させる授業を展開する。
- ③体育活動時の事故防止の徹底。

3 評価（下の3観点の到達状況を ABC で評価、それをもとに5段階評定で判断）

	①知識・技能	②思考・判断・表現	③主体的に学習に取り組む態度
評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ○運動の学び方や基本的な用語、ルールを理解し言ったり、書き出したりできる。 ○競技の進め方や審判の方法などの知識を身につけている。 ○運動の特性に応じた技能を身につけるとともに、技能に高まりが見られる。 	<ul style="list-style-type: none"> ○提供された練習方法から、自己の課題に応じて動きの習得に適した練習方法を選んでいる。 ○提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に、仲間の課題や出来映えを伝えている。 ○学習した安全上の留意点を他の学習場面に当てはめ仲間に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ○運動の特性に触れ、自ら楽しさや喜びを味わおうとしている。 ○仲間の補助をしたり助言をしたりして、仲間の学習を援助しようとしている。 ○話し合いに自ら参加しようとしている。 ○健康、安全に留意して取り組んでいる。
具体的には	<ul style="list-style-type: none"> ○それぞれの技術のポイントについて、言ったり、書き出したりしているか。 ○ルールを理解できているか。 ○基礎的な用語を使って表現しているか。 ○課題を達成できたか、技能の向上が見られたか。 ○必要な体力が身に付いたか。 	<ul style="list-style-type: none"> ○授業での発言内容 励ましたり、アドバイスを送ったり、前向きな発言を心がけよう。 ○学習カードの記入内容 授業のねらいを達成するためや課題を解決するための方策を具体的に表現しよう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○自分に適した目標や課題が設定できているか ○課題を解決するための練習方法を選んでいるか ○学習資料の活用や作戦などの話し合い ○運動量が適切か ○教え合いや補助ができていますか
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・活動の様子 ・レポート ・実技テスト ・定期テスト 等 	<ul style="list-style-type: none"> ・活動の様子 ・学習カード ・定期テスト 等 	<ul style="list-style-type: none"> ・活動の様子 ・レポート ・学習カード 等

4 年間指導計画（1 学年）

学期	月	学習内容	学習のねらい
1 学期	4	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション ・体づくり運動Ⅰ (集団行動、体力を高める運動) 新体力テスト 	<ul style="list-style-type: none"> ◎授業の決まりや流れを理解しよう。 ◎体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。
	5	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技Ⅰ (短距離走・リレー) 	◎記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、基本的な動きや効率のよい動きを身につけることができるようにする。
	6	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上Ⅱ (走り幅跳び) ・器械運動 (マット) ※男女別で実施 	◎技のできる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくできるようにする。
	7	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動Ⅱ ・体育理論 ・保健 	<ul style="list-style-type: none"> ◎体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。 ◎運動やスポーツの必要性和楽しさについて理解できるようにする。
	9	<ul style="list-style-type: none"> ・体育理論 ・保健 ・球技Ⅰ ☆ハンドボール ☆バスケットボール ※男女別で実施 	<ul style="list-style-type: none"> ◎運動やスポーツへの多様な関わり方について理解できるようにする。 ◎勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。
2 学期	10	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上競技Ⅲ (長距離走) 	◎記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、基本的な動きや効率のよい動きを身につけることができるようにする。
	11	<ul style="list-style-type: none"> ・水泳 	◎記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、泳法を身につけることができるようにする。
	12	<ul style="list-style-type: none"> ・武道(柔道) ・ダンス 	<ul style="list-style-type: none"> ◎技のできる楽しさや喜びを味わい、基本動作や基本となる技ができるようにする。 ◎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い、イメージをとらえた表現や踊りを通じた交流ができるようにする。
3 学期	1	<ul style="list-style-type: none"> ・体育理論 ・保健 	◎運動やスポーツの多様な楽しみ方について理解できるようにする。
	2	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動Ⅲ 	◎体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体力を高め、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができるようにする。
	3	<ul style="list-style-type: none"> ・球技Ⅱ(ゴール型) ☆バドミントン ☆ソフトボール ※男女別で実施 	◎勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。
保健分野		<ul style="list-style-type: none"> ・健康な生活と疾病の予防① ・心身の機能の発達と心の健康 (毎学期) 	<ul style="list-style-type: none"> ◎健康な生活と疾病の予防について理解できるようにする。 ◎心身の機能と発達と心の健康について理解できるようにする。