

保健体育科(女子)

担当教員: [REDACTED]

使用教材: 教科書、保健体育実技

【学習目標】

- ・生涯にわたって運動やスポーツに親しむことができる。
- ・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康や体力の保持増進に取り組める。
- ・個人生活における健康、安全についての知識を身に付け、実践力を養う。

※◎は男女共習で授業を行う

1年	4	5	6	7	夏休み	8	9	10	11	12	冬休み	1	2	3
	集団行動 ◎体づくり 体育理論	◎陸上競技 「短距離・リレー」 ◎体づくり	球技 「バスケットボール」 運動会 保健	水泳 「バレーボール」 体カテスト 保健		水泳 保健 「ソフトボール」	◎器械運動 「平均台運動」 ◎陸上競技 「走高跳」	◎陸上競技 「長距離走」 保健 体育理論	◎武道 「柔道」 保健	◎ダンス 「現代的な」 保健		球技 「バドミントン」 保健 体育理論	→ 保健	10
時間	7	10	12	9		10	10	10	9			10	9	7

学年
計 105h
保健(16)

2年	4	5	6	7	夏休み	8	9	10	11	12	冬休み	1	2	3
	集団行動 ◎体づくり 体育理論	◎陸上競技 「短距離・リレー」 ◎体づくり	球技 「バスケットボール」 運動会 保健	水泳 「バレーボール」 体カテスト 保健		水泳 保健 「ソフトボール」	◎器械運動 「平均台運動」 ◎陸上競技 「走高跳」	◎陸上競技 「長距離走」 保健 体育理論	◎武道 「柔道」 保健	◎ダンス 「現代的な」 保健		球技 「バドミントン」 保健 体育理論	→ 保健	10
時間	7	10	12	9		10	10	10	9			10	9	7

学年
計 105h
保健(16)

3年	4	5	6	7	夏休み	8	9	10	11	12	冬休み	1	2	3
	集団行動 ◎体づくり 体育理論	◎陸上競技 「短距離・リレー」 ◎体づくり	球技 「バスケットボール」 運動会 保健	水泳 「バレーボール」 体カテスト 保健		水泳 保健 「ソフトボール」	◎器械運動 「平均台運動」 ◎陸上競技 「走高跳」	◎陸上競技 「長距離走」 保健 体育理論	◎武道 「柔道」 保健	◎ダンス 「現代的な」 保健		球技 「バドミントン」 保健 体育理論	→ 保健	10
時間	7	10	12	9		10	10	10	9			10	9	7

学年
計 105h
保健(16)

○授業について

- ・早めに活動場所に移動し、授業前のランニングに取り組みます。
- ・見学の場合は、生徒手帳に見学理由を保護者の方に書いてもらい、担当教員に授業前に見せます。

○生徒の皆さんへ

- ・学習カードなどの提出物は、先生が指定した期日までに必ず提出しましょう。
- ・危険な行為は絶対禁止です。安全に気を使って楽しく活動しましょう。

○生徒の授業における ICT の活用について

- ・タブレットの追っかけ再生機能や動画の録画機能を活用して、技能向上に役立てます。

○家庭学習はこのように取り組もう

- ・その日に習った種目の動きや名称について、再確認し、必要に応じて実技の教科書等で復習しましょう。

○定期考査前はこのように取り組もう

- ・授業中に説明があった内容をよく確認しましょう。実技については、中学校体育実技を活用します。保健分野はノートをよく確認しましょう。
- ・授業内での安全面や技能面の重要なポイントを振り返っておきましょう。

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の合理的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに実践するための理論について理解しているとともに、運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。また、個人生活における健康・安全について科学的に理解しているとともに、基本的な技能を身に付けている。	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して科学的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、運動の合理的な実践に自主的に取り組もうとしている。また、健康を大切に、自他の健康の保持増進や回復についての学習に自主的に取り組もうとしている。
評価資料	授業観察 定期考査 確認プリント 技能テスト	授業観察 学習カード 振り返りプリント 定期考査	授業観察 学習カード 振り返りプリント

