学　習　の　指　針（シラバス）

教科名	保健体育	実施学年	１年	週時数	３時間

１　学習の目標等

学習の目標 【体育分野】 【保健分野】	（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。 （１）　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つけるようにする。 （２）　健康についての自他の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。 （３）　生涯を通じて心身の健康の保持増進を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。
使用教科書 副教材等	中学校保健体育（大日本図書）、中学体育実技（学研）

２　学習計画及び評価方法等

学習内容	学習のねらい	評価	備考
【体育分野】 体つくり運動	・自己の体に関心をもち、自己の体力や生活に応じた課題をもって体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることができる。 ・目的に応じた運動を合理的に行い、体力を高めることができる。	①観察 ②学習カード ③技能テスト ④定期テスト	一斉指導
陸上競技 ・幅跳び ・リレー	・目的に応じた運動を合理的に行い、基礎基本を身につけ、運動技能を高めることができる。 ・自分の能力に適した目標記録や課題を設定し、自ら進んで活動できる。 ・仲間と協力して、バトンパスの技術を高めるために練習することができる。		記録会 タイム測定
・長距離	・長い距離を走り、記録・体力向上に関心をもち、仲間と協力して練習したり、目標をもって記録会に臨んだりすることができる。		記録会 タイム測定
器械運動 ・マット運動	・自己の能力に適した課題をもってマット運動を行い、技能を高め、技がよりよくできるようにする。 ・基本的な技やできそうな技を練習し、技の組み合わせが円滑にできる。		演技発表 グループでの課題解決

球技：ゴール型 ・バスケットボール ・サッカー	・基礎基本の技能を身につけ、相手に合わせた攻守を工夫して行うことができる。 ・作戦に応じて試合を展開し、勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わうことができる。 ・仲間と協力して練習や課題解決の方法を工夫することができる。 ・互いに協力し励まし合いながら、進んで練習や試合を行うことができる。	①観察 ②学習カード ③スキルテスト ④定期テスト	一斉指導 グループでの課題解決
水泳	・水泳の事故防止の心得や、練習する上でのルールを守るなど、健康・安全に留意することができる。 ・自己の能力に適した課題をもって、長く泳いだり、早く泳いだりすることできる。		記録会 タイム測定
武道 ・剣道	・武道特有の礼法を身につけ、行動することができる。 ・基礎的な打突の仕方を身につけ、対人練習で有効打突を取りにいこうと攻防することができる。		一斉指導
球技：ベースボール型 ・Ｔボール	・基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備によって攻防を展開することができる。		一斉指導 グループでの課題解決
球技：ネット型 ・テニス	・サービスでは、ラケットの中心付近で捉えることができる。 ・ボールを返す方向にラケット面を向けて打つことができる。 ・相手側のコートの空いたスペースを狙って打つことができる。		一斉指導 ペアでの課題解決
ダンス	・集団や個人で表現したり、交流したりすることを楽しむという特性を理解し、学習の進め方を知ることができる。 ・互いの動きや感じ方、表現の良さを認め合い、活動を楽しむことができる。		演技発表
【体育倫理】 [運動やスポーツの多様性]	◎運動やスポーツが多様であることについて、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるようにする。 ・運動やスポーツが多様であることについて理解することができる。 ・運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。 ・運動やスポーツが多様であることについての学習に積極的に取り組むことができる。	①学習カード ②定期テスト	一斉指導
【保健分野】 [健康な生活と病気の予防] [心身の発達と心の健康]	・健康な生活と疾病の予防について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができる。 ・健康な生活と疾病の予防について理解を深めることができる。 ・心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、次の事項を身に付けることができるようにする。 ・心身の機能の発達と心の健康について理解を深めるとともに、ストレスへの対処ができる。 ・心身の機能の発達と心の健康について、課題を発見し、その解決に向けて思考し判断するとともに、それを表現することができる。	①学習カード ②定期テスト	一斉指導

3　評価について

評価の観点及び内容・評価材料

観点	評価の観点及び内容	評価材料
知識及び運動	①運動の特性や魅力について理解することができる。 ②心身の発達と心の健康について正しく理解することができる。 ③競技の技の名称や行い方、審判の方法を理解することができる。(☆) ④各領域の基本技能を身につけることができる。(☆)	定期テスト 定期テスト 定期テスト、観察 技能テスト、観察
思考力，判断力，表現力等	①運動が健康に与える影響を理解し、日常生活で実践できるよう、自己に応じた運動を考えることができる。 ②チームや自己の課題を明確にし、課題解決に向けて場の設定や練習方法を工夫することができる。(☆) ③作戦や戦術を考え、実践で活かすことができる。(☆) ④試合や発表で、身につけた技能を発揮することができる。(☆)	学習カード 観察、学習カード、試合 観察、学習カード、試合 観察、技能テスト
学びに向かう力，人間性等	①体力の意義とその高め方について関心をもち、進んで学習に取り組もうとすることができる。(☆) ②仲間と互いに助言し合ったり、補助し合ったりするなど、意欲的に取り組むことができる。(☆) ③準備や片付けなど、技能向上に向けた活動以外も積極的に行うことができる。(☆)	出席、忘れ物、観察 観察、学習カード 観察

☆印の項目は、授業に欠席した場合、評価に含めることができない場合があります。