

小金中学校 学習の指針(シラバス)

教科	保健体育	学年	1年女子
----	------	----	------

1. 学習の目的

- (1) 各種の運動の実践を通して、課題解決などにより、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。
- (2) 授業内の競争や協同などの経験を通して、公正な態度や、ルールを守り、互いに協力するなどの態度を育てる。
- (3) 自己の健康、安全について理解し、留意して取り組むことができる。
- (4) 授業を通して、ルールを守り、健康安全に気をつける態度を育てる。
- (5) 健康な生活と病気の予防について理解できるようにする。

2. 学習計画

	学習内容	学習のねらい
1学期	①体づくり運動 ②ダンス ③剣道 ④水泳 ⑤体育理論・保健	①・自分の体の動かし方を理解する。 ・仲間と言葉を交わしながら活動する。 ②・イメージを動作で表現することができる。 ・仲間と協力して、創作することができる。 ・いろいろな動きをリズムに合わせて表現する。 ③・特有の動き、道具の名称を覚える。 ・ルールを理解し、簡易試合を行うことができる。 ・防具を一人で着脱することができる。 ④・続けて長く泳いだり、速く泳いだりする。 ・各泳法の技能をさらに高める ・水の事故の防止について知識を身に付ける。 ⑤・「文化としてのスポーツの意義」について理解を深める。 ・「健康な生活と病気の予防」についての知識を習得し、理解を深める。
2学期	①球技: ネット型(バレーボール) ②球技: ゴール型(ハンドボール) ③陸上競技(ハードル走) ④保健	①・2種類のパスを使ってゲームを組み立てることができる。 ・チームで作戦を立てることができる。 ・正式ルールに近い内容でゲームができる。 ②・ルールを理解し、仲間と協力してゲームを行うことができる。 ・コンビネーションプレーからのシュートが打てる。 ③・スピードに乗った助走から素早く踏み切ることができる。 ・自己に適した距離、または歩数で助走することができる。 ④・「心身の発達と心の健康」についての知識を習得し、理解を深める。
3学期	①陸上競技(長距離走) ②球技: ベースボール型(ソフトボール)	①・自己の記録の向上を図る。 ・長距離を走りきる体力をつける。 ②・競技の特性を理解し取り組むことができる。 ・基本的なボール操作、バット操作ができる。 ・用具の危険性を理解し安全に取り組むことができる。 ③「心身の発達と心の健康」についての知識を習得し、理解を深める。

3. 評価

項目	評価の内容	評価の方法
運動や健康・安全についての知識・技能	【知識】各運動の動きを論理的に理解しているか、またルールや専門用語の意味などの理解度を評価します。 【技能】各運動種目の基本的な動きを正確に行えているか、さらに発展させ技能を高めているか評価します。	授業での取り組み、単元テスト、学習カード、授業の様子、実技技能テストなど、で評価します
運動や健康・安全についての思考・判断・表現	各単元の特性を理解し、運動する工夫ができるか、また、安全などに留意し、学んだことを有効に使って仲間に伝えたり、練習を考えたりしているかを評価します。	授業の様子、学習カードなど、で評価します
主体的に学習に取り組む態度	日々の授業に課題意識を持ち、解決のための手立てを考えて授業に取り組んでいるか。また、安全に意欲的に取り組み、一生懸命努力しているかを評価します。	出席状況、授業態度、学習カードなど、で評価します

4. 学力向上のためのアドバイス

《体育分野》

体育分野は、意欲をもって授業に参加することが一番大切です。それぞれの単元の目的を理解し、それに合った自分自身の目標を立て授業に参加しましょう。目標を立てるには、授業が終わった後すぐに授業の振り返りを行うことが大切です。何ができて、何ができなかったのか。次の課題は何になるのか。そのためにはどのような目標を立てたらいいのかなどを考えましょう。目標に向かって努力し、それを振り返って次はさらに良い活動にすることが大切です。

《保健分野》

1年の保健分野は、「健康な生活と病気の予防」「心身の発達と心の健康」をテーマに健康の成り立ちや身体・心について幅広く学習をします。授業に参加しながら理解を深めていき、正しい知識を身につけましょう。

《体育・保健分野共通》

学習カードなどの提出物があります。振り返りや目標など自分の考えでしっかり記録しましょう。そして、期限を守って提出できるよう努力してください。プリントの紛失などがないように気をつけましょう。