

平成29年度 中学部 保健体育シラバス 時数 3時間/週

教科等のねらい

- ・様々な運動の経験や健康・安全についての理解を通して、健康の保持増進と体力の向上を図る。
- ・スポーツを通し、充実した余暇活動や明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

主な指導内容

- ・体づくり運動、簡単なスポーツ、ダンスなどの運動をする。
- ・きまりや簡単なスポーツのルールなどを守り、友達と協力して安全に運動をする。
- ・心身の発育・発達に関心をもったり、健康・安全に関する初歩的な事柄を理解したりする。

評価方法

- ・評価の観点（①関心・意欲・態度 ②思考・判断 ③技能 ④知識・理解）を設定し、複数の目で評価を行う。
- ・単元の最終段階で実技を行い、目標の達成状況から評価する。

指導計画

月	単元名	指導内容	主な学習活動	評価の観点
4	「集団行動」 「体づくり運動」	○集団行動 ◎体ほぐしの運動 ◎体力を高める運動	・前ならえ、右向け右、回れ右などの集団行動をする。 ・ストレッチ、ラジオ体操、縄跳びなどを行う。	③ ③
5	「陸上競技」 「運動会」	○短距離走、障害走 ○全校団体種目 ○ダンス	・50m走、リレー、ハードル等を行う。 ・全校ダンスに取り組む。	③
6	「新体力テスト」	○自己の体力の把握	・新体力テストの内容を行う。	④
7	「水泳」	◎安全に関する指導 ◎泳法指導 ○着衣泳	・ボール拾い、フラフープくぐり ・個々に応じた泳法 ・グループに分かれての学習	② ③
9	「ダンス」	◎現代的なリズムのダンスで表現する。	・ヒップホップの曲で踊る	① ③
10	「陸上競技」	○長距離走	・インターバルトレーニング、記録会	① ③
11	「球技」		・バットの持ち方や打ち方	① ③
12	ティールボール ソフトボール (ベースボール型)	◎道具の扱い方 ○ゲームのルール理解	・グローブの使い方や捕球の仕方 ・攻撃・守備の理解、簡易ゲーム	④
1	「クロスカント リスクイ」	○滑走技術 ○安全に関する指導	・グラウンドでの技術指導 ・1kmコースを使つての計測・記録会	① ③
1	(スキー荒天時) 「ダンス」	○現代的なダンス	・ヒップホップの曲で踊る	②
2	「スポーツジム」	○体力を高める運動	・トレーニング器具の使い方 ・筋力トレーニング、ランニング	②③

2 3	「アダプティッ ドスポーツ」	○カラーリング ○フライングディスク ○フロアホッケー	・道具の扱い方 ・ルールの理解 ・簡易ゲーム	③ ④
--------	-------------------	-----------------------------------	------------------------------	--------

<保健分野>

月	単元名	指導内容	主な学習活動	評価の 観点
6 7	「保健・性指導」	◎体の発育・発達 ◎男女の関わり方 ○歯磨き指導 ○けがの防止	・二次性徴について知る ・グループに分かれての学習 ・歯の磨き方 ・応急手当、心肺蘇生法	② ④
1 1	「健康な生活を 送ろう」	◎健康の三原則 ○タバコ、飲酒等の影響 ○体の発育・発達 ○男女の関わり方	・食事、睡眠、運動 ・身近な生活に潜む健康への影響 ・二次性徴に伴う変化や行動	② ④
1 2	「保健・性指導」	◎感染症の予防 ◎体の発育・発達 ◎男女の関わり方	・インフルエンザの予防、咳エチケット等 ・男女の適切な関わり方 ・グループに分かれて学習	② ③

※集団行動、体づくり運動は主に授業の導入で取り上げ、年間を通して学習を行う。

※球技については、ゴール型、ネット型、ベースボール型を3年間のうちローテーションで行う。

※性指導については各学期で3時間、合わせて10時間程度を設定する。

※保健指導は歯磨き指導、けがと病気の予防について養護教諭と連携して指導を行う。

※評価は指導内容に応じて4観点を基に評価規準を設定して行う。