

平成28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とともに、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 ・ストレッチ、ラジオ体操、縄跳び	① ③
5	「運動会」	○短距離走と全校団体種目	・50m走、個人種目、全校団体種目、ダンス、リレー練習	
6	「新体力テスト」	○自己の体力の把握と比較	・新体力テストの内容	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	③
9	「ダンス」	○現代的なリズムのダンス	・ヒップホップの曲で踊る	①③
10	「陸上競技」	○長距離走	・インターバルトレーニング、記録会	①③
11	「球技」	○ボールの扱い方	・ドリブルの仕方	①③
12	バスケットボール（ゴール型） バレーボール（ネット型）	○ゲームのルール理解	・パスの仕方 ・レシーブの仕方 ・簡易ゲーム	④
1	「クロスカントリースキー」	○滑走技術 ○安全に関する指導	・グラウンドでの技術指導 ・1kmコースを使っでの計測・記録会	③④
1	（スキー荒天時）	○ダンス	・ボックスステップなど	③
2	「ダンス」 「体づくり運動」	◎体力を高める運動	・サーキット走（器械運動を取り入れる） ・縄跳び、大縄跳び	①

2 3	「アダプティッ ドスポーツ」  「体づくり運動」	○フロアホッケー  ◎体ほぐしの運動	・スティック、パックの扱い方 ・パス、シュート練習 ・簡易ゲーム  ・ストレッチ、バランス	① ③ ③
--------	-----------------------------------	--------------------------	---	-------------

<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 ◎健康の三原則 ◎歯磨き指導	・男女の適切な距離間 ・食事、睡眠、運動 ・グループに分かれての学習	②④
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 ・大人への体の変化等 ・グループに分かれて学習	②④

※集団行動、体づくり運動、ダンス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。

※性指導については前期、後期合わせて6時間設定する。

※保健指導は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。