

保健体育科 学習の手引き(シラバス)

教科の目標：体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成する。

	月	1年	2年	3年
1 学 期	4	○オリエンテーション ○集団行動	○オリエンテーション ○集団行動	○オリエンテーション ○集団行動
	5	○体づくり運動 ○新体カテスト	○体づくり運動 ○新体カテスト	○体づくり運動 ○新体カテスト
	6	○器械運動 ・マット運動 ○球技 ・サッカー	○器械運動 ・跳び箱運動 ○保健 ・傷害の防止	○陸上 ・短距離走・リレー ・ハードル ・走高跳び、走幅跳び ○球技 ・バレーボール
	7	○保健 ・心身の機能の発達と心の健康 ○水泳	○水泳 ・クロール ・平泳ぎ	○保健 ・健康と環境
	8	・クロール		○水泳 ・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ
	9	○陸上 ・短距離走・リレー	○陸上 ・短距離走・リレー ・ハードル	

	月	1年	2年	3年
2 学 期	10	○球技 ・バレーボール	○球技 ・ソフトボール	○球技 ・バスケットボール
	11	○保健 ・健康な生活と疾病の予防 ①	○武道 ・柔道	○保健 ・健康な生活と疾病の予防②
	12	○武道 ・柔道	○保健 ・健康な生活と疾病の予防	○球技 ・バドミントン, 卓球
	1	○ダンス ・創作ダンス, 現代的なリズムのダンス	○ダンス ・創作ダンス, 現代的なリズムのダンス	○球技 ・サッカー, バスケットボール
	2	○球技 ・バスケットボール	○球技 ・バドミントン ・卓球	○保健 ・文化としてのスポーツの意義
	3	○保健 ・運動やスポーツの多様性	○保健 ・運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方	

評価の観点	評価の材料
知識・技能	学習への取組, 実技テスト(記録や発表など), 定期テスト, 学習カード・ワークの内容
思考・判断・表現	学習への取組, 学習カード・ワークの内容
主体的に学習に取り組む態度	学習への取組, 実技テスト(記録や発表など), 学習カード・ワークの内容