

平成24年度 第1学年保健体育科(男子) シラバス

月	章・単元	学 習 内 容	時間	達 成 目 標	主な評価方法	観点	観点	観点	観点
						①	②	③	④
4	体づくり運動	体ほぐし運動 体力を高める運動	4 3	○自己の体に気づき、体の調子を整えたり、仲間と交流したりするためのいろいろな手軽な運動や律動的な運動ができる。 ○自己の体力に気づき、体力を高める運動に取り組むことができる。	観察（授業態度、授業準備、提出物） 実技テスト 定期テスト	○	○	○	○
5	ダンス	フォークダンス	6	○みんなと楽しくフォークダンスができる。 ・オクラホマミクサー ・マイムマイム	観察（授業態度、授業準備、提出物） 実技テスト 定期テスト	○	○	○	○
6	器械運動	マット運動	1 2	○次の技ができる。 前転、後転、開脚前転、開脚後転、伸膝前転、伸膝後転、側転、頭倒立 側方倒立回転、前方倒立回転跳び	観察（授業態度、授業準備、提出物） 実技テスト 定期テスト	○	○	○	○
7	水泳	クロール・平泳ぎ	1 5	○蹴伸びができる。 ・クロールで、正しいフォームで速く25m泳げる。 ・平泳ぎで、正しいフォームで速く25m泳げる。	観察（授業態度、授業準備、提出物） 実技テスト 定期テスト	○	○	○	○
9	球技	バレーボール	1 2	○個人的技能 ・アンダーハンドパス・オーバーハンドパス・サイドハンドのサーブができる。 ○集団的技能 ・グループで協力してパスが続けられる。 ・パス攻撃ができる。 ○ゲーム ・小コート（3対3）のゲームが協力してできる。 ・ワンバウンドゲームができる。	観察（授業態度、授業準備、提出物） 実技テスト 定期テスト	○	○	○	○
10	陸上競技	長距離走	1 2	○できるだけ速く1500mが走れる。 ○スタートからの中間走、フィニッシュまでのフォームを習得させる。 ○リレー	観察（授業態度、授業準備、提出物） 実技テスト 定期テスト	○	○	○	○
11	球技	短距離走 リレー	1						
12									
1	武道	柔道	9	○柔道着が正しく着られる。 ○礼法をできる。 ○受け身ができる。 （後ろ、横、前、前回り） ○固め技ができる。 （けさ固め、横四方固め、上四方固め） ○固め技を使った試合が安全に行える。	観察（授業態度、授業準備、提出物） 実技テスト 定期テスト	○	○	○	○
2	球技	サッカー	1 1	○個人的技能 ・キック（各種）ができる。・ドリブルができる。 ・リフティングができる。・トラップिंगができる。 ・ヘディングができる。・シュートができる。 ○集団的技能 ・パスアンドランができる。・ワンツーパスができる。 ○ゲームが協力して楽しくできる。	観察（授業態度、授業準備、提出物） 実技テスト 定期テスト	○	○	○	○
3	体育理論	スポーツにはどんな楽しみがあるか。 特性を味わってスポーツを楽しもう。	5	○各種の運動の特性に応じた学び方や安全の確保の仕方について理解する。	観察（授業態度、授業準備、提出物） 定期テスト	○	○		○
合計時数		89							

観点①関心・意欲・態度
観点③運動の技能

観点②思考・判断
観点④知識・理解

第1学年保健体育科の評価規準

- 1 関心・意欲・態度
- 毎時間の授業準備がきちんとできる。
 - 積極的に協力して運動に取り組み、後片づけまできちんとできる。
- 2 思考・判断
- 学習ノートの問題を解き、期限内に提出することができる。
 - 各単元の内容が発展的に理解できる。
- 3 運動の技能
- 各単元の技能を習得できる。
- 4 知識・理解
- 各単元の基本的な内容が理解できる。