

広島市立安佐中学校

平成23年度 2年男子 必修教科 <保健体育> 年間学習指導計画(シラバス)

目標 「体育分野」自分の能力・関心などに応じて運動の楽しさや喜びを味わうことができる。 「保健分野」健康と環境・傷害の防止について理解を深める。											
期	月	週	単元	小単元・項目	時数	主な目標	重要観点	学習ポイント	指導形態・準備物	評価方法	他との関連
前期	4	1	体づくり運動	ガイダンス 集団行動 1 姿勢 2 列の増減 3 行進・かけ足 実技テスト ラジオ体操 1 前半 2 後半 実技テスト	8	目標を持って計画的に努力し、仲間と協力して運動できる	①	班のみんなで協力してやろう。	一斉指導 体操服 グループ指導		体育祭
		2		自分の体力に応じて、運動を工夫することができる		②	かけ足は5動作で止まる。				
		3		自分の意志で思うようにからだを動かすことができる		③	ラジオ体操は完璧を目指せ。				
		4		自分の体力に応じた体力つくりの方法を理解できる		④					
	5	5	総合	体力作り オリエンテーション 新体力テスト実施 まじめと発表 いろいろな運動を考案する まじめと発表		握力 肩座体前屈 立位起立 反復横跳び	50m走 ハンドボール投げ 立ち幅跳び 持久走(1500m)	グループ指導 体操服 シューズ 評価表	期末テスト	1年・3年 新体力テスト	
		6									
		7									
	6	8	武道	柔道 基本動作 1 礼法 2 姿勢・組み方 3 受け身 対人的技能 1 投げ技 2 固め技 実技テスト 試合	8	柔道の特性に関心を持ち、進んで取り組もうとする	①	安全面に注意して練習しよう。	一斉指導 グループ指導	各種目の 実技テスト 及び参加 状況	1年・3年 柔道
		9		自分の能力に適した技を習得する仕方を工夫している		②	特に爪は短く、引き手を絶対 はなさない。				
		10		柔道の特性に応じた技能で練習や試合ができる		③	多くの技を習得し乱取りや試合 の中で発表できるようにしよう。				
		11		柔道の特性や技術を理解し、知識を身につけている		④					
	7	12	水泳	クロール 1 スタート 2 ターン 3 かえる足 4 ストローク 実技テスト 平泳ぎ 1 スタート 2 ターン 3 かえる足 4 ストローク 実技テスト	10	各種泳法に意欲的に挑戦し、健康・安全に留意 することができる	①	安全面に気をつける。	一斉指導 習熟度別 水泳用具	提出物 授業態度 積極参加 点 忘れ物減 点	1年・3年 水泳
		14		自分の課題や目標を達成するため、練習方法の 工夫ができる		②	水から上がった後、バディの確 認。				
		15		泳法を正確に泳ぐことができる		③	3分間泳で距離を伸ばそう。				
		16		競技やルールを理解し、知識を身につけている		④	呼吸法やフォームを考えな がら練習しよう。				
	8	17	器械運動	跳び箱 1 開脚跳び 2 かかえこみ跳び 3 台上前転 4 頭はね跳び 5 前方倒立回転跳び	10	安全に留意して練習することができる	①	安全面に注意して練習しよう。	一斉指導 グループ指導 体操服		1年 マット運動
		20		自分たちで練習の仕方を工夫できる		②					
		21		技を大まかに達成できる		③	特に爪は短く、引き手を絶対 はなさない。				
		22		正しい技術が理解でき、安全で効果的な学習手順を理解 できる		④	多くの技を習得し乱取りや試合 の中で発表できるようにしよう。				
	10	23	ダンス	前期期末テスト	8	堂々と踊り、仲間と協力して作品を創りあげる達成感 を味わうことができる。	①	柔軟性を高めよう。 基本ステップをマスターしよう。 音楽に合わせて恥ずかしがら ないで踊ろう。	一斉指導 グループ指導 習熟度別 体操服		1年 ダンス
		24		仲間の動きを見て、表現のしかたを工夫できる		②					
25		体全体を動かして表現し、楽しむことができる		③							
26		表現のしかたを理解できる		④							
後期	11	27	総合	現代的なリズムのダンス 1 基本姿勢 2 基本ステップ 3 基本の踊り 4 ソーラン節 5 発表	5	VTR 「未成年者とアルコール」			グループ指導 評価表		3年保健分野 「飲酒と健康」
		28									
	12	29	球技	Tボール 1 投げ方 2 捕り方 3 ティーバッティング 実技テスト 4 ゲーム	10	フェアなプレイを守ろうとすることができる。	①	バットの握り方や構え方、ボー ルの打ち方を身につけよう。 ボールの握り方や投げ方、捕 り方を身につけよう。	一斉指導 グループ指導 体操服	学年末テ スト 各種目の 実技テスト 及び参加 状況	1年・3年 球技
		30		運動の取り組み方を工夫することができる。		②					
		31		バット操作と、ボール操作を身につけ、ゲームをする ことができる。		③					
		32		特性や成り立ち、技術の名称や行い方などを理解する ことができる。		④					
	1	33	陸上競技	持久走 1周250mを8周する。(2000m)	10	ルールやマナーを守ろうとすることができる。	①	ウォーミングアップを充分にお こなう。 自分のペース配分を知り、目 標を設定し、距離を伸ばしてい こう。	一斉指導 グループ指導 体操服	提出物 授業態度 積極参加 点 忘れ物減 点	1年 短距離
		34		安全に留意して練習することができる。		②					
		35		ペースを守り一定の距離を走ることができる。		③					
		36		特性や成り立ち、技術の名称や行い方などを理解する ことができる。		④					
2	37	球技	サッカー 個人的技能 1 パス	10	フェアなプレイを守ろうとすることができる。	①	チームのみんなと協力して 練習し、技能を教え合おう。 リフティングは、30回を目標 にがんばろう。 後半は、ミニゲームのリーグ戦 を通して楽しくゲームができ るようにしよう。	一斉指導 グループ指導 体操服		3年 サッカー	
	38		2年・学年末テスト		運動の取り組み方を工夫することができる。	②					
	39				ボールの操作を身につけゲームをすることができる。	③					
	40				特性や成り立ち、技術の名称や行い方などを理解する ことができる。	④					
3	41	総合	性学習 ビデオ視聴 プレゼン発表 発表	5	VTR 「さわやかに青春を過ごそう」			グループ指導 評価表		1年・3年 性学習	
	42										
	計	46			必修保健体育(105時間中90時間) は、保健体育的総合(105時間中15時間)						
					観点 ①運動や健康・安全への関心・意欲・態度 ②運動や健康・安全についての思考・判断・表現 ③運動の技能 ④運動や健康・安全に着いての知識・理解						