

広島市立安佐中学校

平成23年度 3年女子 必修教科 <保健体育> 年間学習指導計画(シラバス)

目標 1 保健分野/生涯にわたる豊かな生活/ソラティブを実現するための資質や能力を育てる。												
目標 2 保健分野/健康な生活と疾病の予防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。 かけ足は5動作で止まる。 ラジオ体操は完璧を目指せ。	一斉指導 グループ指導 体操服		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						
		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						
		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	総まとめ	体づくり運動 新体力テスト実施 まとめと振り返り いろいろな運動を考える まとめと発表	マ	種目別 握力 50㎏ 長座体前屈 立ち膝折り 立ち膝折り 持久走(1500m)			一斉指導 グループ指導 体操服 シューズ 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	1年・2年 新体力テスト	
		6										
		7										
	6	8	ダンス	現代的なリズムのダンス 2 創作のテクニック 3 集団創作 4 発表会	12	仲間との関わり合いを感じあって踊ることができる	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 体操服 シューズ	授業への積極参加 各種目の実技参加 各種目の実技試験 期末テストの得点	1年・2年 ダンス	
		9		仲間の動きを見て表現の仕方を工夫できる		②						
		10		リズムにのってその踊りの特徴をつかんで楽しむことができる		③						
		11		ルールを理解し、知識を身につけている		④						
		12										
	7	13										
		14	水泳	背泳ぎ 1 背浮き 2 背浮きバタ足 3 15m背浮き 4 2分間泳 (ソーラン節) 実技テスト	12	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。 水から上がった後、パディの確認。 2分間泳で距離を伸ばそう。	一斉指導 水泳用具		1年・2年 水泳	
		15		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						
		16		泳法を正確に泳ぐことができる		③						
		17		競技やルールを理解し、知識を身につけている		④						
		18										
	8	19	陸上	走り高跳び 1 試しの記録会 2 本番テスト	12	走り高跳びに意欲的に挑戦できる	①	準備運動を充分に行う。 ノモグラフよりでた目標記録を目指して練習しよう。	一斉指導 グループ指導 体操服 シューズ		2年 障害走	
		20		自分たちで練習の仕方を工夫できる		②						
		21		基礎・基本の技能を身につけることができる		③						
		22		ルールを理解し、知識を身につけている		④						
		23										
	9	24	バレーボール	バレーボールの練習 2 中間の記録会 総合練習 3 まとめの記録会 実技テスト	15	ゲームや練習に意欲的に挑戦できる	①	ウォーミングアップに毎時間3分間走を行う。 チームのみんなと協力して練習し、技能を教え合おう。 直上トスが続くようになろう。	一斉指導 グループ指導 体操服	遅刻 提出物 授業への積極参加 各種目の実技参加 各種目の実技試験 学年末テストの得点	1年 バレーボール	
		25		自分たちで練習の仕方を工夫できる		②						
		26		基礎・基本の技能を身につけることができる		③						
		27		ルールを理解し、知識を身につけている		④						
		28										
後期	11	29	球技	バレーボール・3分間走 個人的技能 1 バス 2 レシーブ 3 トス 4 スパイク 5 サーブ 集団的スキル 1 攻撃 2 防御 ゲーム 実技テスト	15	ゲームや練習に意欲的に挑戦できる	①	ウォーミングアップを充分に行う。 チームのみんなと協力して練習し、技能を教え合おう。 シュートの確率を高めよう。	一斉指導 グループ指導 体操服		1年・2年 バスケットボール	
		30		自分たちで練習の仕方を工夫できる		②						
		31		基礎・基本の技能を身につけることができる		③						
		32		ルールを理解し、知識を身につけている		④						
		33										
	12	34	バスケットボール	バスケットボール 個人的スキル 1 バス 2 ドリブル 3 シュート 集団的スキル 1 攻撃 2 防御 ゲーム 実技テスト	15	ゲームや練習に意欲的に挑戦できる	①	ウォーミングアップを充分に行う。 チームのみんなと協力して練習し、技能を教え合おう。 シュートの確率を高めよう。	一斉指導 グループ指導 体操服		1年・2年 バスケットボール	
		35		自分たちで練習の仕方を工夫できる		②						
		36		基礎・基本の技能を身につけることができる		③						
		37		ルールを理解し、知識を身につけている		④						
		38										
	1	39	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」	
		40										
		41										
		42										
		43										
	2	44	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」	
		45										
		46										
		47										
		48										
3	49	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	50											
	51											
	52											
	53											
4	54	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	55											
	56											
	57											
	58											
5	59	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	60											
	61											
	62											
	63											
6	64	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	65											
	66											
	67											
	68											
7	69	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	70											
	71											
	72											
	73											
8	74	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	75											
	76											
	77											
	78											
9	79	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	80											
	81											
	82											
	83											
10	84	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	85											
	86											
	87											
	88											
11	89	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	90											
	91											
	92											
	93											
12	94	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	95											
	96											
	97											
	98											
1	99	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	100											
	101											
	102											
	103											
2	104	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	105											
	106											
	107											
	108											
3	109	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	110											
	111											
	112											
	113											
4	114	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	115											
	116											
	117											
	118											
5	119	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	120											
	121											
	122											
	123											
6	124	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	125											
	126											
	127											
	128											
7	129	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	130											
	131											
	132											
	133											
8	134	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	135											
	136											
	137											
	138											
9	139	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	140											
	141											
	142											
	143											
10	144	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	145											
	146											
	147											
	148											
11	149	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	150											
	151											
	152											
	153											
12	154	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	155											
	156											
	157											
	158											
1	159	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	160											
	161											
	162											
	163											
2	164	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	165											
	166											
	167											
	168											
3	169	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	170											
	171											
	172											
	173											
4	174	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	175											
	176											
	177											
	178											
5	179	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	180											
	181											
	182											
	183											
6	184	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	185											
	186											
	187											
	188											
7	189	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	190											
	191											
	192											
	193											
8	194	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	195											
	196											
	197											
	198											
9	199	総まとめ	性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ	マ	VDP 「性」を学ぶ(エイズの予防と正しい認識)。			一斉指導 グループ指導 評価表	忘れ物 遅刻 提出物	3年保健分野 「性感染症の予防」		
	200											
	201											
	202											
	203											