

広島市立安佐中学校

平成19年度 1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 体育分野、運動への関心や自ら運動する意欲を持たせ、仲間と仲良く運動させる。 保健分野、心身の機能の発達と心の健康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 | 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 | 15 | 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 自分の体力に応じて、運動を工夫することができる 自分の意志で思うようからだを動かすことができる 自分の体力に応じた体力つくりの方法を理解できる | | 班のみんなで協力してやる。 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 | |
| | | 5 | | 総合力 オリエンテーション 新体力テスト実施 まとめと分析 いろいろな運動を考える まとめと発表 | 7 | 種目 握力 50m走 長座体前屈 ハシボール投げ 上体起こし 立ち幅跳び 反復横跳び 持久走(1000m) | | | 体操服 シューズ 評価表 グループ指導 | 忘れ物 遅刻 提出物 | 2年・3年 新体力テスト | |
| | | 6 | | | 15 | ゲームや練習に意欲的に挑戦できる | ウォーミングアップ毎時間 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る。 | 一斉指導 グループ指導 | 授業への 積極参加 | 2年・3年 バレーボール | | |
| | | 7 | | | | 自分たちで練習の仕方を工夫できる | | | 各種目の 実技参加 | | | |
| | 8 | 基礎・基本の技能を身につけることができる | | | | 体操服 | 各種目の 実技試験 | | | | | |
| | 9 | 球技 | ゲーム 実技テスト | 15 | ルールを理解し、知識を身につけている | | | | | | | |
| | 7 | 水泳 | 13 | クロール | 15 | クロールに意欲的に挑戦し、健康・安全に留意する | | 安全面に気をつける。 水から上がった後、パディ の確認。 | 一斉指導 | 期末試験 の得点 | 2年 水泳(平泳ぎ) | |
| | | | 14 | 1 けのび 2 けのびバタ足 3 ビート板 4 15mクロール 5 2分間泳 実技テスト | 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 | | | 習熟度別 | 3年 水泳(背泳ぎ) | | |
| | | | 16 | | 泳法を正確に泳ぐことができる。 | | 2分間泳で距離をのぼそう | | | | | |
| | | | 17 | | 競技やルールを理解し、知識を身につけている | | | 水泳用具 | | | | |
| | | | 18 | | | | | | | | | |
| | 10 | 球技 | 19 | バスケットボール | 15 | ゲームや練習に意欲的に挑戦できる | | 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。 ドリブルランニングを毎時間行う | 一斉指導 グループ指導 | | 2年・3年 バスケットボール | |
| | | | 20 | 個人的技能 1 パス 2 ドリブル 3 シュート 集团的技能 1 攻撃 2 防御 ゲーム | 20 | 自分たちで練習の仕方を工夫できる。 | | | | | | |
| 21 | | | 基礎・基本の技能を身につけることができる | | | | | | | | | |
| 22 | | | ルールやを理解し、知識を身につけている | | | | | | | | | |
| 23 | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 総合 | 24 | たばこの害 ビデオ視聴 講演会 情報収集 まとめ | 4 | VTR「たばこの害について」 | | | 評価表 グループ指導 一斉指導 | | 3年保健分野 「喫煙と健康」 | | |
| | | 25 | | | | | | | | | | |
| 後期 | 11 | ダンス | 現代的なリズムのダンス リズムダンス 1 基本ステップの習得 2 リズムダンス フォークダンス 1 フォークダンスの習得 2 フォークダンス | 15 | 恥ずかしがらずに踊ることができる | | | | 一斉指導 グループ指導 | 忘れ物 遅刻 提出物 | 2年・3年 ダンス | |
| | | | | 16 | 基本的なステップができる | | | | | | | |
| | | | | 17 | 踊りの動きが理解できる | | | | | | | |
| | | | | 18 | 仲間の動きを見て、練習方法を考えることができる | | 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。 | 体操服 シューズ | 授業への 積極参加 | | | |
| | | | | 19 | 安全に正しい技術が理解できる | | | | 各種目の 実技参加 | | | |
| | 12 | 器械運動 | 平均台運動 1 上がりかた 2 歩き方 3 下り方 4 ポーズ・ターン 5 技の組み立て 実技テスト(連続技) | 15 | 安全に留意して練習することができる | | | | 一斉指導 グループ指導 | 各種目の 実技試験 | 2年 マット運動 | |
| | | | | 16 | 自分たちで練習の仕方を工夫できる | | 柔軟性を高めよう 壁倒立や側転ができるよう になるう | | | | | |
| | | | | 17 | 基礎・基本の技能を身につけることができる | | みんなで協力して準備、 片付けをしよう 安全面に気をつける。 | 体操服 | 学年末試験 の得点 | | | |
| | | | | 18 | 技の仕組みや組み合わせ方が理解できる | | | | | | | |
| | | | | 19 | | | | | | | | |
| 1 | 総合 | 学年末テスト 性学習 ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ | 4 | VTR「子どもたちへ」 | | | 評価表 一斉指導 グループ指導 | | 2年・3年 性学習 1年保健分野 「からだの発達」 | | | |
| | | | 44 | (フォークダンス) | | | | | | | | |
| | | | 45 | | | | | | | | | |
| 計 | | | | 105 | 観点 度 | 運動や健康・安全への関心・意欲・態 運動や健康・安全についての思考・判断 運動や健康・安全についての知識・理解 | | | | | | |

