

広島市立安佐中学校

平成19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 体育分野、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するための資質や能力を育てる。 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	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	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		集団行動 1 姿勢 2 列の増減 3 行進・かけ足								
		3		実技テスト								
		4		ラジオ体操 1 前半 2 後半 実技テスト								
	5	5	総合	体作り	7	種目 握力 長座体前屈 上体起こし 反復横跳び		50m走 ハンドボール投げ 立ち幅跳び 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		オリエンテーション 新体力テスト実施 まとめと分析								
		7		いろいろな運動を考える まとめと発表								
		8										
	6	9	陸上競技	走り高跳び	15	走り高跳びに意欲的に挑戦できる 自分たちで練習の仕方を工夫できる 基礎・基本の技能を身につけることができる ルールを理解し、知識を身につけている		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	授業への積極参加 各種目の実技参加 各種目の実技試験	2年 障害走
		10		1 試しの記録会 ペリーロールの練習								
		11		2 中間の記録会 総合練習								
		12		3 まとめの記録会 実技テスト								
	7	13	水泳	背泳ぎ	15	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 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 泳法を正確に泳ぐことができる 競技やルールを理解し、知識を身につけている		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	期末テストの得点	1年・2年 水泳
		14		1 背浮き								
		15		2 背浮きバタ足								
		16		3 15m背浮き 4 2分間泳								
	9	17	ダンス	(ソーラン節) 実技テスト	15	仲間との関わり合いを感じあって踊ることができる 仲間の動きを見て表現の仕方を工夫できる リズムに合わせてその踊りの特徴をつかんで楽しむことができる ルールを理解し、知識を身につけている		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。	一斉指導 グループ指導	体操服	1年・2年 ダンス	
		18										
		19		中間テスト								
20		現代的なリズムのダンス										
10	21	総合	薬物の害	4	VTR 「手を出さない、絶対に」			一斉指導 グループ指導 評価表	3年保健分野 「薬物乱用と健康」			
	22		ビデオ視聴 講演会 情報収集 まとめ									
	23											
	24											
11	25	球技	バレーボール・3分間走	15	ゲームや練習に意欲的に挑戦できる 自分たちで練習の仕方を工夫できる 基礎・基本の技能を身につけることができる ルールを理解し、知識を身につけている		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	忘れ物 遅刻 提出物 授業への積極参加 各種目の実技参加	1年・2年 バレーボール	
	26		個人的技能									
	27		1 バス									
	28		2 レシーブ									
12	29	球技	3 トス	15	ゲームや練習に意欲的に挑戦できる 自分たちで練習の仕方を工夫できる		ウォーミングアップを充分に行う。	一斉指導 グループ指導	各種目の実技試験	1年・2年 バスケットボール		
	30		4 スパイク									
	31		5 サーブ									
	32		集団的技能 1 攻撃 2 防御									
1	33	球技	ゲーム	15	基礎・基本の技能を身につけることができる ルールを理解し、知識を身につけている		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	学年末テストの得点		
	34		バスケットボール									
	35		個人的技能 1 バス 2 ドリブル 3 シュート									
	36		集団的技能 1 攻撃 2 防御									
2	37	総合	性学習	4	VTR 「性とエイズ(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	1年・2年 性学習			
	38		ビデオ視聴 感想 情報収集 まとめ									
	39											
	40											
3	41	球技	ゲーム	15	基礎・基本の技能を身につけることができる ルールを理解し、知識を身につけている				3年保健分野 「性感染症の予防」			
	42											
	43											
	44											
計	43	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)			105	観点 運動や健康・安全への関心・意欲・態度 運動の技能	運動や健康・安全についての思考・判断 運動や健康・安全に着いての知識・理解					