

## 年間学習計画と評価について

学 校 名	学 年	教 科
四日市市立 内 部 中学校	1 学 年	保 健 体 育 科 (男子)

### 1 学習のねらい等

学習のねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自ら進んで運動に取り組み、運動を通して得られる楽しさや喜びを、周りの仲間と共に感じ取れるようにする。そのためにも必要な体力や技能の向上に努める。</li> <li>○仲間と共に協力して準備や後片付けを行う。その際、施設や用具の安全等を確認されるようにする。</li> <li>○自分の得意な種目だけでなく、苦手な種目に対しても『どうしたらできるようになるか。』等、課題を見つけ解決を目指した学習の工夫をする。</li> <li>○種目についてルール等を学習し、それを生かして公正な態度で授業に取り組むことができる。</li> <li>○個人の健康や安全に関心を持ち、それを実現するために自ら進んで学習に取り組もうとする。</li> <li>○心身の機能の発達について、役に立つ基礎的な内容を理解し、知識として身に付ける。</li> <li>○知識として身に付けた事柄を、日常生活の中で生かすことができる。</li> </ul>
使用教材	教科書：保健体育(大修館書店) 補助教材：図解体育(あかつき) 中学保健体育ノート(大修館書店)

### 2 評価の観点および方法

評 価 の 観 点	評 価 の 方 法
①運動や健康・安全への関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自ら進んで運動の楽しさや喜びを体得しようとする。また公正、協力、責任等の態度を身につけると共に、健康・安全に留意して運動しようとする。</li> <li>・自他の心身の健康や安全に関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実現するため、進んで学習に取り組もうとする。</li> </ul>
②運動や健康・安全についての思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の特性に応じて、自己やグループの能力に適した課題の解決を目指して、活動方法を考え工夫している。</li> <li>・自他の心身の健康や安全に関する課題の解決を目指して、科学的に考え、選択すべき行動を適切に判断している。</li> </ul>
③運動の技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の能力に適した課題解決を目指して運動を行うと共に、運動の特性に応じた技能を身につけている。また、自己の体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけている。</li> </ul>
④運動や健康・安全についての知識・理解	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の特性と学び方、安全の確保、生活における運動の意義、体ほぐし、体力の意義及び運動の心身にわたる効果に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。</li> <li>・健康や安全の意義を理解すると共に、心身の機能の発達について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につけている。</li> </ul>

3 学習計画

	各単元と主な学習内容	観点別評価の具体例
一 学 期	<p>※体育分野</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○集団行動</li> <li>○ラジオ体操</li> <li>○体づくり運動               <ul style="list-style-type: none"> <li>・体ほぐしの運動</li> <li>・体力を高める運動</li> <li>・動きを高める運動</li> </ul> </li> <li>○新体力テスト</li> <li>○ダンス</li> <li>○陸上競技               <ul style="list-style-type: none"> <li>・短距離走</li> <li>・リレー</li> <li>・走り高跳び</li> </ul> </li> <li>○水泳</li> </ul> <p>※保健分野</p> <p>○第1章 心身の機能の発達と心の健康</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1からだの発育・発達</li> <li>2呼吸・循環機能の発育・発達</li> </ul>	<p>体育分野の以下にあげる①，②，④については各単元で共通とする。</p> <p>③集団行動において動き方を理解し，正しく行うことができる。</p> <p>③ラジオ体操第1の順番を理解し，正しく行うことができる。</p> <p>①各種目の特性に関心を持ち，楽しさや喜びを味わえるように進んで取り組もうとする。互いに協力して安全に練習や競技することができる。</p> <p>②自分の能力に応じた課題を持ち，練習の仕方を工夫している。</p> <p>④各種目の特性や技能の構造を理解し，練習の仕方やルールを知っている。</p> <p>③体力を高める運動の正しい動作を身につけたり，体力を合理的に高めるための運動ができる。</p> <p>③新体力テストを理解し，記録を向上させることができる。</p> <p>①仲間と楽しんでダンスを踊ることができる。</p> <p>③短距離走では，スタート，中間疾走，フィニッシュの正しいフォームを身につけて，記録を向上させることができる。</p> <p>③リレーでは，正しいバトンパスの方法を身につけてグループで記録を向上させることができる。</p> <p>③走り高跳びでは，ベリーロール，はさみ跳びの正しいフォームを身につけて，記録を向上させることができる。</p> <p>③水泳では，クロールの泳法でできる限り速く25m以上泳ぐことができる。</p> <p>①自他の心身の健康や安全に関心を持ち，自ら健康で安全な生活を実現するため，考えたり発言したり，記録をするなど進んで学習に取り組もうとする。</p> <p>②自分や身のまわりの健康や安全に関する課題の解決を目指して，どうしていけばよいかを考え，より良い行動を適切に判断している。</p> <p>④心身の機能は，生活経験などの影響を受けながら，年齢と共に発達することを知っている。体の器官の中でも，特に重要な部分についての働きなどについて知っている。</p>
二 学 期	<p>※体育分野</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○球技               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトボール</li> <li>・サッカー</li> </ul> </li> <li>○陸上競技               <ul style="list-style-type: none"> <li>・中，長距離走</li> </ul> </li> <li>○器械運動</li> </ul> <p>※保健分野</p> <p>○第1章</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>3生殖にかかわる働き of 成熟</li> <li>4性への関心と行動</li> <li>5心の発達と社会性</li> <li>6自己形成</li> <li>7欲求と欲求不満</li> <li>8心と体のかかわり</li> <li>9ストレスの対処と心の健康</li> </ul>	<p>③ソフトボールでは，送球，捕球，バッティング等の基本的な技能を，ゲームの中で実践することができる。</p> <p>③サッカーでは，パスやドリブルなどの基本的な技能を，ゲームの中で発揮することができる。</p> <p>③中・長距離走の正しいフォームを身につけて，2000mを速く走ることができる。</p> <p>③マット運動では前転，後転，開脚前転，開脚後転，倒立前転がスムーズにできる。連続技にもスムーズに取り組むことができる。</p> <p>①自他の心身の健康や安全に関心を持ち，自ら健康で安全な生活を実現するため，考えたり発言したり，記録をするなど進んで学習に取り組もうとする。</p> <p>②自分や身のまわりの健康や安全に関する課題の解決を目指して，どうしていけばよいかを考え，より良い行動を適切に判断している。</p> <p>④心身の機能は，生活経験などの影響を受けながら，年齢と共に発達することを知っている。体の器官の中でも，特に重要な部分についての働きなどについて知っている。</p> <p>②心の健康について，保持増進していくためにはどうしていけばよいかを理解し，知識として日常生活に生かすことができる。</p>

三 学 期	※ 体育分野	
	○球技 ・バスケットボール	③バスケットボールでは、パスやドリブルの技能や、レイアップシュートやセットシュートの技能を、ゲームの中で発揮することができる。
	・バレーボール	③バレーボールでは、オーバーハンドパスとアンダーハンドパス等の基本的なパスの技能を身につけることができる。
	○柔道	③柔道では、礼法と受身が正しくできる。また、けき固めの寝技を理解し、正しく行うことができる。
	※ 保健分野	2学期の保健分野の続きを行う。

#### 4 学習方法についてのアドバイス

学習方法	学 校	<p>① 体育分野での準備体操はとても大切です。協力しながら真面目に取り組もう。</p> <p>② 体育分野では安全に取り組んでいくためにも、まずはしっかりと指示(話)を聞けるようにしよう。そして苦手な種目、得意な種目に関係なく前向きに取り組む努力していこう。</p>
	家 庭	<p>① 体育分野での目標の一つに、自己の体力の向上があります。自宅でできるトレーニング等をやってみよう。(ただし、事故やけがにつながる場合があります。行う際には、保護者の方と相談して、許可を得てから行いましょう。)</p> <p>② 次に取り組むところの予習として、教科書や副教材を読んでおこう。(ビジュアル 新しい体育実技などの副教材を積極的に活用しよう。)</p>