３学年保健体育科ガイダンスシラバス　教科担当

佐渡竜也　水落大樹　新田由理

１．保健体育を学ぶねらい

保健体育の目標
⑴運動の特性に応じた技能や個人生活における健康安全について理解し、基本的な技能を身につけること
⑵運動や健康についての自他の漢代を発見し、合理的な解決に向けて思考・判断するとともに他者に伝える力を養うこと、
⑶生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増と体力の向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

２．学習方法

・けがの予防のため、安全な服装（シャツをズボンにしまい、手が自由に動かせる着こなし）をします。特に女子は髪が邪魔にならないように、しっかりまとめます。
・学習カードに自分の考えや仲間へのアドバイスを記入し、発表や提出します。
・実技を行う過程で学んだ事や気づいたことを、学習カードにまとめます。
・準備や片付けにも積極参加し、けがや事故など安全に十分配慮しながら授業を受けます。

３．持ち物、忘れものなどについて

体育着登校です。必要があれば、着替え用の体育着も持参しましょう。
授業に必要な教科書・資料・ファイルなどは忘れないようにしましょう。
学習カードやノートを提出する。
見学時は、保護者が生徒手帳に理由を記入し、サインする。

４．学習の評価内容と評価方法

●知識・技能・・・運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性について理解すると共に、、基本的な技能を身につけるようにする。（単元テスト、授業観察・学習カード、その他）
●思考・判断・表現力・・・運動についての自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断すると共に、自己や仲間の考えたことを他社に伝える力を養う。（学習カード、行動観察等）
●主体的に学習に取り組む態度・・・運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなど意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって運動に親しむ態度を養う。（学習カード・行動観察）

５．先生からのアドバイス

毎授業での「めあて」を良く理解し、学習に取り組んでください。
スポーツの効果的な学び方、上達のための目当てを考えながら学習を進めていきます。
授業はスタートが肝心です。準備・片付けを積極的に行い、意欲的に活動に取り組んでください。

学期	月	単元名・学習内容	学習の目標	評価方法
1	4 5	・集団行動 ・体つくり運動 ・身体ほぐしの運動	集団行動の基本を身につける （回れ右・右向け右／左向け左・行進・整列隊形） ●体つくり運動 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体作り運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解するとともに目的に適した運動を身につけ、組み合わせることができるようにする。その際、自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる	・授業観察 ・学習カードの内容 ・実技評価（授業観察・発表会など） ・単元テスト
	6 7	・運動会練習 陸上競技 （短距離・ﾘﾚｰ）	●陸上競技 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身につけることができるようにする。その際、動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる	
		・アルティメット	●アルティメット 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに基本的なディスク操作と仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。その際、攻防などの自己の課題を発見し合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる	
		・水泳 ・保健 （健康な生活と病気の予防）	●水泳 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法を理解するとともに効率的に泳ぐことができるようにする。。その際、泳法などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる ●保健 感染症の予防と健康を守る社会の取り組みについて、課題を発見し、課題の解決に向けて学習に自主的の取り組み、理解できるようにする。	
	9	・器械運動 マット・跳び箱運動	●マット・平均台運動 技ができる楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法運動観察の方法や体力の高め方などを理解するとともに、自己に適した技で演技することができるようにする。その際、技などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組み、良い演技をたたえることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる	・授業観察 ・学習カードの内容 ・実技評価（授業観察・発表会など）

2	10	球技 タグラグビー	●タグラグビー 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する。その際、攻防などの自己の課題を発見し合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる	・単元テスト
		・陸上競技 高跳び ハードル走	●高跳び・ハードル走 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身につけることができるようにする。その際、動きなどの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる	
	11	・球技 バレーボール ・武道 柔道	●バレーボール 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに基本的なボールや操作と仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。その際、攻防などの自己の課題を発見し合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる ●柔道 技ができる楽しさや喜びを味わい、器械運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開できるようにする。その際、攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる	
	12 1	球技 ・バスケットボール ・ハンドボール	勝敗を競う楽しさや喜びを味わい球技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに基本的なボールや操作と仲間と連携した動きで攻防を展開できるようにする。その際、攻防などの自己の課題を発見し合理的な解決に向けて運動の取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる	
		・保健 （健康と環境）	●健康と環境について、課題を発見し、課題を発見し、課題の解決に向けて学習に自主的の取り組み、理解できるようにする。	
3	2 3	・体つくり運動	●体つくり運動 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体作り運動の意義と行い方、体の動きを高める方法などを理解するとともに目的に適した運動を身につけ、組み合わせることができるようにする。その際、事故の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。また、学習に自主的に取り組みルールやマナーを大切にすることや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にするなどに意欲を持ち、健康や安全を確保することができるようになる。	・授業観察 ・学習カードの内容 ・実技評価（授業観察・発表

		・体育理論 （文化としてのｽﾎｰﾂの意義）	●体育理論 ｽﾎﾟｰﾂの文化的意義について課題を発見し、課題の解決に向けて学習に自主的の取り組み、理解できるようにする。	会など） ・単元テスト

＊今後変更となる可能性があります。