

【保健体育科】シラバス 3年

1 【保健体育科の目標】

- ① 各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。
- ② 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- ③ 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進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 【保健体育科の評価観点と評価の方法】

観点	評価の観点	評価方法
知識・技能	① 各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、な運動観察の方法を知っている。 ② 各領域に関連して高まる体力、健康・安全の留意点についての具体的な方法について理解できている。 ③ 運動やスポーツの多様性、運動やスポーツの意義や効果と学び方についての考えを理解できている。 ④ 各領域の運動の特性に応じた基本的な技能が身に付いている。保健分野について個人生活を中心として科学的に理解するとともに、基本的な技能を身に付けている。	・提出物では、学習ノート、学習カードなど ・定期テスト ・学習ノート ・学習カード ・技能テスト ・試合、発表会 ・教師による観察
思考・表現	① 生涯にわたって運動を豊かに実践するための自己や仲間の課題を発見し、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫できる。 ② 自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	・学習ノート ・学習カード ・教師による観察
主体的に学習に取り組む態度	① 各単元に関心を持って、進んで取り組み、楽しもうとする。 ② 互いに協力し、練習や競技、試合、発表を行おうとする。 ③ 授業の約束や競技のルールを守り、「公正な態度」で活動することができる。 ④ 自分や仲間の健康や、活動場所・用具・服装の安全を確かめて活動しようとしている。	・教師による観察 ・試合、発表会 ・評価カード ・学習カード

A→「設定した評価規準」が十分に達成できる。 B→「設定した評価規準」がおおむね達成できる C→「設定した評価規準」に対し、やや不十分である。

・評定のつけ方について

	知・技	思考・表現	学び	評価 5段階
観点別 評価	A	A	A	5
	・	・	・	4
	・	・	・	3
	・	・	・	2
	C	C	C	1

評価	評価の組み合わせ
5	AAA
4	AAB
3	ABB ABC ACC BBB BBC
2	BCC
1	CCC

3 【保健体育科学習の約束】

- ①チャイムまでに、指定の場所に集合する。
 - ②服装をしっかりと整える。（体育着は、ハーフパンツの中に入れる。髪の毛が長い人はゴムで縛る。）
 - ③忘れ物をしない。（教科書・実技の本・ファイル・筆記用具など）
 - ④号令に合わせ、大きな声で元気にあいさつをする。
 - ⑤やむをえず、見学の際は、親の承認を必ず見せること。
（やりとり帳、またはメモ用紙等に書いてくる。）
- ※見学でもカードの記入・用具の準備や片づけ・その他やれる手伝いを進んでやること。
※ジャージは11月～3月まで着用可。それ以外は、教室で脱いで学習の場に行くこと。

5 【学習内容とねらい】

運動領域	種目	学習のねらい
体づくり運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動	自分の体に関心を持ち、体力に応じた課題を持って体ほぐしをしたり、体力を高めたりします。
陸上競技（選択）	走り幅跳び ハードル走	自分の能力に応じて目標を持ち、競技したり記録を高めたりできるようにします。
球技Ⅰ（選択）	バレーボール ハンドボール	自分の能力やチームの課題に応じて運動の技能を高め、作戦を立て攻防のあるゲームができるようにします。
ダンス（選択）	現代的なリズムのダンス	リズムに乗って体を動かしたり、感じを込めて踊ったりするとともに、作品の発表や鑑賞ができるようにします。
器械運動（選択）	マット運動 跳び箱	自分の能力に応じて運動の技能を高め、技が円滑にできるようにします。
球技Ⅱ（選択）	サッカー	自分の能力やチームの課題に応じて運動の技能を高め、作戦を立て攻防のあるゲームができるようにします。
陸上競技	長距離走	自分の能力に応じて目標を持ち、競技したり記録を高めたりできるようにします。
球技Ⅲ（選択）	ソフトボール バスケットボール	自分の能力やチームの課題に応じて運動の技能を高め、工夫してゲームができるようにします。
保健	「健康な生活と病気の予防」・「健康と環境」について、考えたり、調べたりしながら、正しい知識を身に付けられるようにします。	
体育理論	「文化としてのスポーツの意義」について、考えたり、調べたりしながら、正しい知識を身に付けられるようにします。	