

保健体育の目標

・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うことができるようにする。

・運動を適切に行い、知識や技能を身につけるとともに、体力を高め、心身の調和的発達を目指す。

評価の観点・方法

【評価の観点】

○関心・意欲・態度

・自らの健康、各種運動に関心を持ち、意欲的に行動し、生涯にわたって運動に親しむ態度を身につけることができる。

○思考・判断

・自己の課題を見つけ、課題解決の方法を考える。

○技能

・体力の向上、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、運動技能を高める。

○知識・理解

・保健分野の知識と運動の特性や行い方を理解し、知識を身につけている。

【評価の方法】

○授業への取り組み（忘れ物・出席率）、学習カード、自己評価カード、相互評価カード、実技テスト、定期テスト

特色ある学習方法

①運動の特性を理解し、授業を行なえるように、オリエンテーションを単元ごとに実施しています。

②単元ごとに、グループ、ペア、個人などの形態で授業を行います。

③生徒がわかりやすい授業になるように、視聴覚教材を用意し、活用しています。

④選択性授業では、種目の幅を持たせ、生徒の興味・関心ある種目を選択できるようにしています。

	学習すること	学習のねらい
1 学期	◎ 集団行動 集合、整列、列の整頓、体操隊形等を各クラス男女別で練習・発表を行います。	・集団行動の意義や大切さを知り、体育時における学び方や集団活動における活動の仕方を理解し、普段の授業や生活に活用する。
	◎ 新体力テスト 新体力テストの実施方法を学ぶとともに、各種目の練習を行います	・自分の体力に関心を持ち、自分に適した運動種目を選んだり体力をバランスよく高めるなど、今後の体育活動に生かす。（測定結果については、7月ごろ個々に配布し、体力について分析します。）
	◎ YOSAKOIソーランの練習 体育大会で実施する演技種目の練習を行います。	・YOSAKOIソーランについての成り立ちを理解し、リズムカルに、1年生らしく、元気よく踊れるようにする。
	◎ ソフトボール・バレーボール(隔年) 基本的な個人技能、集団技能の練習を行います。また、今もっている技能でゲームを行い、さらにチームの課題を解決（練習）してゲームを楽しみます。	・個人技能、集団技能が身につけられるようにする。 ・チームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、お互いに協力して練習やゲームができるようになる。 ・試合は挨拶から始まり、勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。 ・チームや自分の課題を考え、解決できるように練習を工夫して行うようにする。うにする。 ・練習場などの安全を確かめるなどの安全面に注意して、意欲的に活動できるようにする。
2 学期	◎ 水泳 平泳ぎ、クロールの各泳法の呼吸法、ストローク、キックの泳ぎ方を理解し、練習します。3分キック、20秒泳、10分間泳などを行います。	・各泳法を理解し、身につけられるようにする。 ・続けて長く泳いだり、速く泳いだりあるいは競い合ったりする水泳の楽しさを味わう。 ・仲間と協力し合いながら、進んで練習をしようとする。 ・事故防止の心得やルールを守り意欲的に活動する。
	◎ 陸上競技(長距離走) 持久力を高めるためのトレーニングを数種類行い、吹北マラソンでの記録向上を目指します。	・自分の能力に適した課題を持ち、自分のペース配分を考えた走り方や記録を高めたりすることができるようにする。 ・自分の健康管理をしっかり行い、意欲的に活動に参加するようにする。
	◎ 陸上競技(短距離走、リレー) 短距離走＝走り方の基本を学習します。リレー＝スピードを生かしたバトンの受け渡しができるよう練習します。	・クラウチングスタートの仕方などの基本的な動きを身に付けられるようにする。 ・仲間と協力し、声を掛け合い、上達するよう積極的に取り組むことができる。
	◎ 器械運動 マット＝倒立前転ができるようにペアやグループで練習し、挑戦していきます。発表会を行います。	・自分の能力に適した段階練習をし、その技能を高め、よりよくできるよう意欲的に活動する。 ・互いに協力して練習し、また安全に注意して活動できるようにする。 ・技を身につけるため、練習方法を工夫してできるようにする。
3 学期	◎ 武道(柔道) 柔道は基本動作を身につけ、特に受け身、抑え技を中心に習得し簡単な試合を行います。	・伝統的な行動の仕方を理解し技能を身につけ、お互いに相手を尊重して活動し、また勝敗に対して公正な態度や安全に注意して意欲的に練習や試合ができるようにする。
	◎ ダンス ダンスはフォークダンスを中心に、最終的には簡単なダンスをつくります。	・世界のフォークダンスについて知り、みんなで楽しく踊ったりすることができる。また、お互いのよさを認め合い、協力して練習や発表をすることができる。
年 間	◎ サッカー・バスケットボール サッカーでは、個人的技能をゲームで使い分けができるようにし、ゲームを楽しみます。バスケットボールでは、ドリブルを使えるようにし、5対5でゲームを楽しみます	・個人技能、集団技能が身につけられるようにする。 ・チームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、お互いに協力して練習やゲームができるようになる。 ・勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。 ・チームや自分の課題を考え、作戦を立てたり解決できるように練習を工夫して行うようにする。
	◎ 保健(心身の機能の発達と心の健康) 主に教科書、ノートを中心に学習します。「自分の体」「自分の心」について学習します。	・心身の機能の発達と心の健康について理解できるようにする。 *後期については、保健体育は週2時間の実施で実技を行います。