

# 保健体育科 第1学年

## 1, 教科目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (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, 評価の観点とその趣旨

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に取り組む態度
趣旨	各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方、伝統的な考え方、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及び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や安全な行い方についての考え方を理解するとともに、各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	運動を豊かに実践するための自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて、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しているとともに、それらを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、公正、協力、責任、共生などに対する意欲をもち、健康・安全に留意して、学習に積極的に取り組もうとしている。

## 3, 評価の観点と評価方法

観点 評価方法	1学期				2学期				3学期			
	実技テスト	授業観察	ワークシート	期末考査	実技テスト	授業観察	ワークシート	期末考査	実技テスト	授業観察	ワークシート	期末考査
知識・技能	◎	◎	○	◎	◎	◎	○	◎	◎	◎	○	◎
思考・判断・表現	◎	◎	○	○	◎	◎	○	○	◎	◎	○	○
主体的に学習に取り組む態度	○	◎	○	○	○	◎	○	○	○	◎	○	○

○・・・取り上げる評価方法

◎・・・取り上げる評価方法のうち特に重視するもの

## 保健体育（体育分野） 年間評価計画【第1学年】

（男子）

月	単元	指導内容	評価の方法・観点	
4	体づくり運動	・体ほぐしの運動、体力を高める運動。	全観点とも、次の評価資料を用いて評価を行う。 ※全期間に渡って ・授業観察 ・実技テスト ※期末テスト ※期末テスト後に ・ノート・ワークシート 点検	
5	陸上競技	・運動会での体育種目の技能（短距離走、リレー等）を身につける。		
6	(スポーツテスト)	スポーツテスト実施。		
	水泳	・記録の向上、競争の楽しさにより泳法を身に付ける。		
7	体育理論	・「運動やスポーツの多様性、調和のとれた生活」		
9	水泳	・短距離走、ハードル走、跳躍種目、投てき種目について、基本的な動きや効率のよい動きを身につける。		
	陸上競技			
10	球技(ゴール型)			・ボールや用具の操作を身につけ、ゲームについて理解する。
11	器械運動			・マット運動、とび箱運動を通して、基本技能の習得及び、自己にあった技を習得する。
12	武道			・礼儀法。正しい基本動作に基づいた技能を高める。相手を尊重する態度を育てる。
	球技(ネット型)			・ボールや用具の操作を身につけ、ゲームについて理解する。
	保健	・「心身の発達と心の健康」		
1	球技(ゴール型)	・基本的な個人技能、集団技能を高める。ゲームを通して、チームゲームについて理解させる		
2	ダンス	・リズムにあわせて全身で踊る。		
3	保健	・「心身の発達と心の健康」		

（女子）

月	単元	指導内容	評価の方法・観点	
4	体づくり運動	・体ほぐしの運動、体力を高める運動。	全観点とも、次の評価資料を用いて評価を行う。 ※全期間に渡って ・授業観察 ・実技テスト ※期末テスト ※期末テスト後に ・ノート・ワークシート 点検	
5	陸上競技	・運動会での体育種目の技能を身につける。		
6	(スポーツテスト)	スポーツテスト実施。		
	水泳	・記録の向上、競争の楽しさにより泳法を身に付ける。		
7	体育理論	・「運動やスポーツの多様性、調和のとれた生活」		
9	水泳	・短距離走、ハードル走、跳躍種目、投てき種目について、基本的な動きや効率のよい動きを身につける。		
	陸上競技			
10	球技(ゴール型)			・ボールや用具の操作を身につけ、ゲームについて理解する。
11	器械運動			・マット運動、とび箱運動を通して、基本技能の習得及び、自己にあった技を習得する。
12	武道			・礼儀法。正しい基本動作に基づいた技能を高める。相手を尊重する態度を育てる。
	球技(ネット型)			・ボールや用具の操作を身につけ、ゲームについて理解する。
	保健	・「心身の発達と心の健康」		
1	球技(ゴール型)	・基本的な個人技能、集団技能を高める。ゲームを通して、チームゲームについて理解させる。		
2	ダンス	・リズムにあわせて全身で踊る。		
3	保健	・「心身の発達と心の健康」		