

教科名	保健体育	科目名	体育	履修学年	中学・高校	1 年	全 組
単位数	2	使用教科書 補助教材等	ステップアップ 中学体育2025(大修館)				
担当者	余語 哲匡 深見 雅子						
学習目標	各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め、体力の向上と健康の増進を図るとともに、公正、協力、責任などの社会的態度を育て、生涯を通じて、自主的・自発的に、そして継続的に行うことができる能力と態度を身につける。また、運動の合理的な実践の仕方を理解させながら、運動のもつ楽しさや喜びを味あわせ、能力・適正、興味・関心などに応じて自らが進んで運動に親しむ態度を育てるとともに、健康・安全に関する理解を通して思考力・判断力を育て、意思決定の能力を育成する。						
評価方法							
評価観点	知識・技能		思考・判断・表現		主体的に学習に取り組む姿勢		
評価規準	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しているとともに、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、自己や仲間の考えたこと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。		
各観点の授業内 評価方法等	実技テスト、ミニテスト など		実技テスト、学習カード、活動の観察 など		学習カード、活動の観察 など		
学期末の 各観点比率(%)	60%		20%		20%		
授業計画							
学 期	月	学習内容・学習単元・学習到達目標等				時 間 数	評 価 区 分 1 評 価 区 分 2
1	4	集団行動・体づくり運動・体力テスト 器械運動 マット運動				6 11 4	実 技 テ ス ト 等
	5	・前方系；前転、開脚前転、伸膝前転、倒立前転 ・後方系；後転、開脚後転、伸膝後転、後転倒立 ・前方倒立回転跳び					
	6	・連続技 ・実技試験（連続技）					
	7	水泳 ・水慣れ、呼吸練習 ・背泳ぎ、クロール（2 5 m）					
	8						
2	9	水泳 ・実技試験（2 5 mクロール） 陸上競技				2 12 4 4 2	実 技 テ ス ト 等
	10	①中距離走 ・走法、ペース配分、インターバルトレーニング、時間走、 ・記録の測定(800m、1000m、1,500m)		②ハードル走 ・スタート、走法、フォーム ・実技試験（50mハードル、フォーム・タイム）			
	11	体育祭練習 ・筏（いかだ）流し （・球技（ソフトボール、サッカー、タグラグビー等）の基本知識・技能の理解と修得）					
	12	縄跳び ・基本跳躍（順跳び、交差跳び、側回旋跳び）					
3	1	縄跳び ・縄跳びカードを使用する（あや回旋跳び、順2回旋跳びなど）				6	実 技 テ ス ト 等
	2	（・球技（ソフトボール、サッカー、タグラグビー等）の基本知識・技能の理解と修得）				5	
	3						

