

# 保健体育 科 1年 女子

## 教科の目標

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・能力を育成する。

## 学習計画

1学期 (週3時間)			2学期 (週3時間)			3学期 (週3時間)		
月	週	内容	月	週	内容	月	週	内容
4	1	集団行動・体づくり運動 ラジオ体操・体育理論 陸上(短距離)	9	17	水泳 中間テスト 水泳 器械運動(跳び箱)	1	34	陸上競技(長距離)
	2			18			35	
	3			19			36	
	5			4		陸上競技(短距離・リレー) 体づくり運動	10	20
5		21	38					
6		22	39					
7		23	40	学年末考査 武道				
8		24	41					
9	25	42						
6	10	保健 期末考査	11	26	保健 期末考査 球技(バスケットボール)	3	43	
	11			27			44	
	12			28				
7	13	水泳・保健	12	29	保健 陸上競技(長距離)			
	14			30				
	15			31				
	16			32				

## 評価について

	知識・技能		思考・判断・表現		主体的に学習に取り組む態度	
	観点の割合	33%	観点の割合	33%	観点の割合	33%
評価資料	授業観察 定期考査 実技テスト 記録 ワークシート		授業観察 定期考査 ワークシート		授業観察 ワークシート	

## 学習の仕方と評価のポイント

保健体育では3つの観点から評価・評定を算出します。運動ができるから成績がよいとは限りません。運動が苦手な生徒でも一生懸命授業に取り組み、他の観点で苦手な分野をカバーすることができます。よって、積極的に授業へ参加することがもっとも重要になります。