

保健体育科の学習について（第1学年）

1 保健体育科の目標

- 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。
- 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。
- 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 学習計画

1 学期	2 学期	3 学期
① 集団行動 ② 新体力テスト ③ 陸上競技Ⅰ、器械運動 ④ ダンス ⑤ 体づくり運動 ⑥ 保健 ⑦ 体育祭	① 水泳 ② 陸上競技Ⅱ ③ 球技Ⅰ ④ 保健	① 球技Ⅱ ② 保健

3 評価の観点 評価の資料

観 点	内 容
知識及び技能	【技能】 <ul style="list-style-type: none"> • 正しく運動するために必要な技能を身につける。 • 各運動種目の特性に応じた技能を身につける。 （授業観察・技能テスト・新体力テスト・各運動種目における記録等） 【知識】 <ul style="list-style-type: none"> • 健康や安全、各運動種目についての理解を深める。 • 運動の行い方やポイント、特性等を理解する。
思考力・判断力 ・表現力等	<ul style="list-style-type: none"> • 各運動種目の課題解決の仕方や健康安全について考え、工夫、協力して活動する。 • 運動の行い方などを工夫し仲間と協力し活動する。 （学習カード等の記入・振り返り・リーダーや仲間との協力・提出物・健康安全の確保等） <ul style="list-style-type: none"> • 保健における「健康・安全」についての知識を正しく理解する。 （学習カード・知識テスト・定期テスト・ワークシートの回答等）
主体的に学習に取り組む態度	<ul style="list-style-type: none"> • 自己の力を最大限に発揮し、真剣な態度で運動に取り組む。 • 自己の体力を理解し技能の向上を目指して努力する。 • 集団の一員として、基礎基本を大切に積極的に授業に取り組む。 （授業への取組の様子・授業参加時数・学習カード等の提出状況・忘れ物・運動に適した服装等）