

## 保健体育科 学習案内

### 【学習目標】

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・能力を身につける。

### 【3年間の学習内容】

	主な学習内容〔活動〕
1 学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり運動 ・保健分野 ・ダンス ・武道（柔道） ・器械運動（マット運動）</li> <li>・陸上競技（短距離、走り幅跳び、リレー、長距離）</li> <li>・球技（バレーボール、ソフトボール、サッカー、バスケットボール）</li> </ul>
2 学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり運動 ・保健分野 ・ダンス ・武道（柔道） ・器械運動（跳び箱運動）</li> <li>・陸上競技（ハードル、短距離、リレー、長距離）</li> <li>・球技（バレーボール、ソフトボール、サッカー、バスケットボール）</li> </ul>
3 学年	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり運動 ・保健分野 ・陸上競技（短距離・リレー・長距離）</li> <li>・選択①：「陸上競技（走り幅跳び・ハードル・リレー）・球技（バスケットボール）」</li> <li>・選択②：「球技（ソフトボール・器械運動（マット運動・跳び箱運動）」</li> <li>・選択③：「武道（柔道）・ダンス」</li> <li>・選択④：「球技（サッカー・バレーボール）」</li> </ul>

### 【観点別の目標と評価の方法】

観 点	目 標	評価の方法
知識・技能	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。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・期末試験</li> <li>・授業観察</li> <li>・スキルテスト</li> </ul>
思考・判断・表現	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。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学習カード</li> <li>・授業観察</li> </ul>
主体的に学習に取り組む態度	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向上を目指し、明るく豊かな生活を営む態度を養う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業観察</li> </ul>

### 【授業時数】

1年生	105時間（3時間/週）
2年生	105時間（3時間/週）
3年生	105時間（3時間/週）