

教科名〔 保健体育 〕

科目名	単位数	学年・組	担当者名
女子 体育	3単位	2学年1～6組	*

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	安全に飛び越すことが出来るように、お互いに助言や補助をし合って、楽しく協力して学習する場を作る。 自主的な活動の中で、お互いの欠点や問題点を解決し、良い技能や技術を安全に習得させ、出来る喜びを個人のみならず集団の喜びとなるようにする。
使用教科書・副教材等	スポーツガイダンス（一橋出版）

2 学習計画及び評価法等

学期	学習内容	月	学習のねらい	備考 1. 学習活動の特記事項 2. 副教材の使用など	考查範囲	評価の観点のポイント			
						関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
第1学期	オリエンテーション 体づくり		授業の進め方を説明する・見学について・更衣について・体ほぐし・補強運動・器具の出し入れ・器具の設置等について説明する。		第1学期 中間 考查				
	陸上投てき競技 (やり投げ・ターボジャブ)	4 ・ 5	基本技能の習得 ・ やりの持ち方・構え方・投げ方 ・ やりを保持してのスイング ・ その場突き刺し ・ 歩きながらの突き刺し ・ 投げ・3歩投げ・的当て						
	"		・ 5歩投げ・助走練習・遠投 ・ ルールの理解と習得						
	"		・ 遠投・記録測定・審判法						
第1学期	水泳に変わる 別紙参照	6 ・ 7 ・ 8			第1学期 期末 考查				

第2学期	マット運動		基本な技を身につける。 前転・後転・開脚前転 後転・伸膝後転 前転						
	マット運動・跳び箱	9	基本的な技を習得する。 安全に、しかも速く技術を習得するためにも、お互いに補助法や技のしくみについて理解する。						
	跳び箱	10	助走・踏切・着手・着地といった個々の運動を理解する。 開脚跳び・かかえ込み跳び						
	跳び箱		基本的な技を習得する。 助走・踏切・着手・着地といった個々の運動を理解する。 台上前転 斜め仰向け跳び						
	跳び箱	10	習得した4種目の技の雄大さ・美しさ・安定性をめざす。						
	跳び箱テスト	11	各自の能力に応じて演技全体の発展をめざす。						
		12	それぞれの技に評価点を設け、それぞれの減点項目に従って採点する。						
第3学期	オリエンテーション		現在の自分自身やチームの力を知り、その力にふさわしいルールで、ソフトバレーのゲームを楽しむ。						
	簡単なパスゲームからラリーへ	1							
	既習の技術を活用して作戦を立て、3段攻撃のゲームが出来るようにする。	2	高まった力に応じて新たな作戦やルールを工夫し、ソフトバレーボールのゲームを楽しむ。						
	まとめと反省	3	課題は発見したか、その解決はできたかを反省する。						
【1・2・3学期における課題・提出物等】 学習カード									
【1・2・3学期における評価方法】 ・授業への取り組む意欲・姿勢・態度をみる。 ・それぞれの技に評価点を設け、それぞれの減点項目に従って採点する。									

教科名〔 保健体育 〕

科目名	単位数	学年・組	担当者名
女子 体育 水泳	3単位	2学年1～6組	*

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	水泳の特性を理解し、背泳ぎを泳ぎきる技能を身につける。 自分の課題が何なのかを把握し、次時の授業に生かすことができる。
使用教科書・副教材等	スポーツガイダンス（一橋出版）

2 学習計画及び評価法等

学期	学習内容	月	学習のねらい	備考 1. 学習活動の特記事項 2. 副教材の使用など	考查範囲	評価の観点のポイント			
						関心・意欲・態度	思考・判断	技能・表現	知識・理解
第1学期		4 ・ 5			第1学期中間考查				
	オリエンテーション 泳法チェック コンビネーション1 コンビネーション2	6 ・ 7 ・ 8	授業の進め方を説明を受け、見学について・更衣について・補習等について理解する。 背泳ぎの泳法をチェックし悪いところを見つけだす。 キック練習・ラッコキック・陸上プル・水中プルの練習をおこない技能を身につける。 手を頭の上に組んでのキック練習(リズムよくしなやかなキックをうたせる)。 きちんと伸びがとれ、かきと蹴りのタイミングの技能を身につける。 スタート練習背泳ぎ スピードを高める。 持久力を高める。		第1学期期末考查				
	コンビネーション3 タイム泳法テスト	9 ・ 10	よりスピードを高める。 より持久力を高める。 25メートルを泳ぐタイム及びフォームをみる。		第2学期中間考查				

		10 ・ 11 ・ 12			第2学期期末考査				
第3学期		1 ・ 2 ・ 3			学年末考査				
【1・2・3学期における課題・提出物等】									
【1・2・3学期における評価方法】 ・足首が柔らかく膝は曲がりすぎていないか・正しいストロークをしているか・きちんと水をつかんでいるか・積極的に練習に打ち込み技能の進展があるか・フォームが正確で伸びのある泳ぎをしているか・スピード及び持久力を高めることができたか。									