

教科	科目名	学年	単位数	必修 選択
保健体育	体育	1年女子	3	必修

到達目標	個人スポーツでは、自己の体力・運動能力を発揮し自己のレベルに応じた目標を設定して取り組めるようにする。
-------------	---

年間スケジュール

期間	単元・項目名・実施内容など	受講に対してのアドバイスなど	備考
1学期中間	1. 集団行動・体操・補強運動 2. 陸上競技（短距離走） 3. ダンス 基本的なステップの習得・発表	1. 3年間の体育の基本となる集団行動・体操・補強運動を理解しよう。 2. 距離に応じた走法を習得しよう。 3. 音楽に合わせて、身体を動かす楽しさを感じよう。	
1学期期末	1. 水泳（クロール・平泳ぎ）	1. 泳法の特徴を理解し、反復練習で技能を身につけ、ベスト記録を目指そう。	
2学期中間	1. サッカー：個人技能の習得 個人・集団技能の習得 チーム練習とゲーム 2. バスケットボール 3. ダンス 班での創作活動・発表	1. サッカーの基本となるリフティング、パス、トラップの技術を理解し、反復練習で技能を身につけよう。 2. ゲームのルールを理解し、ゲームが円滑に進行できるようにしよう。 3. 班で協力し、創作活動・発表をしよう。	
2学期期末	1. バスケットボール	1. グループノートを活用し、チームでの練習を計画し、ゲームにつなげよう。	
学年末	1. 持久走（1500m/2500m/12分間走の計測）	1. 自分の体力を把握し、ペース配分を考えた計画的な走法を修得しよう。	

評価方法と評価のポイント	日常生活で健康に留意し、欠席や見学がないようにすること。 個人スポーツでは、記録が評価の大部分を占めるので自己記録を常にめざして努力すること。用具の準備、片付け等を積極的にしているか。
---------------------	---

教科からのアドバイス

他の生徒の動きを観察してお互いに長所や短所を指摘しあって、記録の向上をめざそう。チームメイトとの会話をはかり、チームの勝利につなげられるよう個人の技能のちがいを理解し協力的な姿勢、態度で授業にのぞもう。