

|      |     |      |     |       |
|------|-----|------|-----|-------|
| 教科   | 科目名 | 学年   | 単位数 | 必修 選択 |
| 保健体育 | 体育  | 2年女子 | 2   | 必修    |

|      |  |
|------|--|
| 到達目標 | 個人スポーツでは、自己の体力・運動能力を發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。集団スポーツでは、連携プレーや各種目のフォーメーション等を学習し、ゲームでチームメイトと協力し合い学習したことを發揮できるようにする。 |
|------|--|

### 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 | 1. バレーボール<br>個人・集団技能の習得・ゲーム<br>3. 水泳<br>背泳ぎ・バタフライの計測<br>100m 個人メドレーの計測 | 1. 基本の技術を理解、反復練習で基本技能を習得し、ゲームへつなげよう。<br>3. 泳法の特性を理解し、反復練習で技能を身につけよう。                      |    |
| 2学期 | 1. バドミントン<br>個人・集団技能の習得・ゲーム<br>2. 器械体操（マット運動・鉄棒）                       | 1. 基本の技術を理解し、反復練習でゲームにつながる技能を身につけよう。<br>2. マット運動・鉄棒の練習をとおして、ボディイメージを高め、反復練習によって技能を身につけよう。 |    |
| 学年末 | 1. 持久走<br>(1500m/2500m/12分間走の計測)                                       | 1. 自分の体力を把握し、ペース配分を考えて昨年以上の記録を出せるようにしましょう。  |    |

|              |  |
|--------------|--|
| 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。<br>集団スポーツでは、1. 個人の技能のレベルをはかるためのスキルテスト 2. ゲームのなかで審判等の役割を果たしているか。3. グループノートはその意義を理解し具体的に分析・考察し記入されているか。4. 用具の準備、片付け等を積極的にしているか。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。 |
|--------------|--|

### 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が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。