

教科名	保健体育	科目	体育選択	週授業時間	2時間
-----	------	----	------	-------	-----

### 1. 教科書および副教材・参考書

保健体育（大修館書店）

### 2. 授業の目標および内容

身体の発達段階や個人の能力に応じた体力作りを目指し、さまざまな運動に対応すべき基本的な体力の向上を図るとともに、健康や安全について理解させ、自ら進んで運動に楽しむ態度を育成します。また、生涯を通して健康な身体作りを行う基礎とします。集団行動の中から仲間と協力することの大切さや、公正な態度を身につけさせます。

### 3. 試験について

	1学期		2学期		3学期	
定期試験	一次 なし	二次 なし	一次 なし	二次 なし	期末 なし	
学力試験	第1回 なし		第2回 なし		第3回 なし	

定期試験：筆記試験は実施しませんが、各学期・各種目ごとに実技テストを実施します。

### 課題・補習について

特にありませんが、病気・怪我等で実技テストを受けられない場合、課題等提出を求める場合があります。

### 4. 評価の視点

実技点80点、（自己の能力と各種の運動の特性に応じた技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうとともに、体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付けます。）

参加点20点（欠席・見学・服装・態度・遅刻に関しては、減点対象とします。）

以上100点満点で、体育選択70％・剣道・ダンス・器械運動を30％で換算します。

学期	単 元	学 習 内 容	備 考
1	集団行動 スポーツテスト 体育祭練習	姿勢、整列、号令、方向転換、列の増減、 新体力テスト（握力、上体起こし、長座 体前屈、反復横とび、持久走、シャトルラン、50M走、立ち幅とび、ハンドボール投げ） 自校体操 人間ブリッジリレー	

