

枚方市立山田中学校 第1学年 保健体育科(男)シラバス

○学習目標（教科の到達目標）

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

○指導の重点目標

- ・基礎体力の充実を図る。
- ・すべての生徒が楽しく積極的に参加できる授業をめざす。
- ・体育係を中心に自主的、積極的に取り組めるように指導する。
- ・施設設備等の点検とプールの水質管理を行い、事故防止に努める。
- ・安全面に配慮し、授業の充実に努める。
- ・自分の身体や環境問題等について学習し、プリント等を活用することにより学習させる。
- ・定期テストを実施することにより、保健体育と体育理論の定着をはかる。

○研究課題

- ・効率のよいトレーニング方法について

○授業の進め方（※授業を受けるにあたっての留意点）

学校 ……規律をしっかり守り、体育係を中心に全員が協力して楽しめる授業。
 どんな種目にも、失敗を恐れずチャレンジすることができる雰囲気を作る。

家庭 ……スポーツニュースや新聞などを見て、スポーツを知ったり見たり考えたりする。

○通知表の評価について

評価の観点	評価の方法
①運動や健康・安全への関心・意欲・態度	欠席・見学・遅刻・忘れ物・授業に取り組む姿勢
②運動や健康・安全についての思考・判断	定期テスト・ワークシートの活用
③運動の技能	実技テスト
④運動や健康・安全についての知識・理解	定期テスト

○学習内容と評価

【東京書籍 新しい保健体育】

	単元名	学習内容	時間数	評価に当たって	
				評価観点	評価の場面・方法
1 学 期	○体づくり運動	○くり運動 姿勢・方向転換・集合・列の増減。	7	①②③④	参加状況。 自己技術向上の ための工夫。 実技テスト。
	○剣道	○道具の付け方しまい方。 基本動作。基本打突。	8		
	○陸上競技	○ハードル走。	8		
	○体カテスト	○握力・上体起こし・長座体前屈・ 反復横跳び・20M シャトルラ ン・50M 走・立ち幅跳び・ハン ドボール投げ。			
	○保健分野	「性教育」	6		
○体育理論	「運動やスポーツの楽しみ方」	1			
	○水泳	○クロール・平泳ぎ	9		
2 学 期	○水泳	○クロール・平泳ぎ	9	①②③④	参加状況。 チームや自己技 術向上のための 工夫。 実技テスト。
	○ソフトボール	○基本技術・ゲーム			
	○器械運動	○マット運動			
	○ダンス	○振り付けを覚えて音にあわせて 踊る。			
	○保健分野	「主体と環境」			
	○体育理論				
	○バスケットボ ール	○基本技術・ゲーム	9		
3 学 期	○持久走	○1000M・1500M 2000M インターバル走	9	①②③④	参加状況。 チームや自己技 術向上のための 工夫。 実技テスト。
	○保健分野	「調和のとれた生活」	6		
	○体育理論		1		
	○サッカー	○基本技術・ゲーム	8		

枚方市立山田中学校 第2学年 保健体育科(男) シラバス

○学習目標（教科の到達目標）

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

○指導の重点目標

- ・基礎体力の充実を図る。
- ・すべての生徒が楽しく積極的に参加できる授業をめざす。
- ・体育係を中心に自主的、積極的に取り組めるように指導する。
- ・施設設備等の点検とプールの水質管理を行い、事故防止に努める。
- ・安全面に配慮し、授業の充実に努める。
- ・自分の身体や環境問題等について学習し、プリント等を活用することにより学習させる。
- ・定期テストを実施することにより、保健体育と体育理論の定着をはかる。

○研究課題

- ・効率のよいトレーニング方法について

○授業の進め方（※授業を受けるにあたっての留意点）

学校 ……規律をしっかり守り、体育係を中心に全員が協力して楽しめる授業。
 どのような種目にも、失敗を恐れずチャレンジすることができる雰囲気を作る。

家庭 ……スポーツニュースや新聞などを見て、スポーツを知ったり見たり考えたりする。

○通知表の評価について

評価の観点	評価の方法
①運動や健康・安全への関心・意欲・態度	欠席・見学・遅刻・忘れ物・授業に取り組む姿勢
②運動や健康・安全についての思考・判断	定期テスト・ワークシートの活用
③運動の技能	実技テスト
④運動や健康・安全についての知識・理解	定期テスト

○学習内容と評価

【東京書籍 新しい保健体育】

	単元名	学習内容	時間数	評価に当たって	
				評価観点	評価の場面・方法
1 学 期	○体づくり運動	○体づくり運動 姿勢・方向転換・集合・列の増減。	7	①②③④	参加状況。 自己技術向上の ための工夫。 実技テスト。
	○剣道	○基本動作・基本・仕掛け技・試合	8		
	○陸上	○短距離走・リレー・走り幅跳び	9		
	○体力テスト	○握力・上体起こし・長座体前屈・ 反復横跳び・20M シャトルラン・ 50M 走・立ち幅跳び・ハンドボ ール投げ。	9		
	○保健分野 ○体育理論	「自然災害」	5 1		
	○水泳	○バタフライ・背泳ぎ	9		
2 学 期	○水泳	○バタフライ・背泳ぎ	9	①②③④	参加状況。 自己技術向上の ための工夫。 実技テスト。
	○ソフトボール	○基本技能・ゲーム	9		
	○器械運動	○跳び箱	9		
	○ダンス	○振り付けを覚えて音にあわせて踊 る。	9		
	○保健分野 ○体育理論		5 1		
	○バレーボール	○基本技術・ゲーム	9		
3 学 期	○持久走	○1000M・1500M 2000M インターバル走	9	①②③④	参加状況。 自己技術向上の ための工夫。 実技テスト。
	○保健分野 ○体育理論		5 1		
	○サッカー	○場面に応じた動き・ゲーム	9		

枚方市立山田中学校 第3学年 保健体育科(男)シラバス

○学習目標（教科の到達目標）

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

○指導の重点目標

- ・基礎体力の充実を図る。
- ・すべての生徒が楽しく積極的に参加できる授業をめざす。
- ・体育係を中心に自主的、積極的に取り組めるように指導する。
- ・施設設備等の点検とプールの水質管理を行い、事故防止に努める。
- ・安全面に配慮し、授業の充実に努める。
- ・自分の身体や環境問題等について学習し、プリント等を活用することにより学習させる。
- ・定期テストを実施することにより、保健体育と体育理論の定着をはかる。

○研究課題

- ・効率のよいトレーニング方法について

○授業の進め方（※授業を受けるにあたっての留意点）

学校 ・・・・規律をしっかり守り、体育係を中心に全員が協力して楽しめる授業。
 どのような種目にも、失敗を恐れずチャレンジすることができる雰囲気を作る。

家庭 ・・・・スポーツニュースや新聞などを見て、スポーツを知ったり見たり考えたりする。

○通知表の評価について

評価の観点	評価の方法
①運動や健康・安全への関心・意欲・態度	欠席・見学・遅刻・忘れ物・授業に取り組む姿勢
②運動や健康・安全についての思考・判断	定期テスト・ワークシートの活用
③運動の技能	実技テスト
④運動や健康・安全についての知識・理解	定期テスト

○学習内容と評価

【東京書籍 新しい保健体育】

	単元名	学習内容	時間数	評価に当たって	
				評価観点	評価の場面・方法
1 学 期	○体づくり運動	○体づくり運動 姿勢・方向転換・集合・列の増減。	7	①②③④	参加状況。 自己技術向上の ための工夫。 実技テスト。
	○バレーボール	○基本技術・ゲーム	10		
	○陸上競技 ○体カテスト	○走り高跳び ○握力・上体起こし・長座体前屈・反 復横跳び・20M シャトルラン・ 50M 走・立ち幅跳び・ハンドボー ル投げ。	10		
	○保健分野 ○体育理論	「生活習慣病」	7 1		
	○水泳	○個人メドレー	10		
2 学 期	○水泳	○個人メドレー	10	①②③④	参加状況。 自己技術向上の ための工夫。 実技テスト。
	○ハンドボール	○基本技術・ゲーム	10		
	○器械運動	○マット運動	10		
	○保健分野 ○体育理論	「薬物乱用」	8 2		
	○バスケットボ ール		10		
3 学 期	○持久走	○1000M・1500M 2000M インターバル走	10	①②③④	参加状況。 自己技術向上の ための工夫。 実技テスト。
	○サッカー	○場面に応じた動き・ゲーム	10		

枚方市立山田中学校 第1学年 保健体育科(女)シラバス

○学習目標（教科の到達目標）

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

○指導の重点目標

- ・基礎体力の充実を図る。
- ・すべての生徒が楽しく積極的に参加できる授業をめざす。
- ・体育係を中心に自主的、積極的に取り組めるように指導する。
- ・施設設備等の点検とプールの水質管理を行い、事故防止に努める。
- ・安全面に配慮し、授業の充実に努める。
- ・自分の身体や環境問題等について学習し、プリント等を活用することにより学習させる。
- ・定期テストを実施することにより、保健体育と体育理論の定着をはかる。

○研究課題

- ・効率のよいトレーニング方法について

○授業の進め方（※授業を受けるにあたっての留意点）

学校 ……規律をしっかり守り、体育係を中心に全員が協力して楽しめる授業。
どんな種目にも、失敗を恐れずチャレンジすることができる雰囲気を作る。

家庭 ……スポーツニュースや新聞などを見て、スポーツを知ったり見たり考えたりする。

○通知表の評価について

評価の観点	評価の方法
①運動や健康・安全への関心・意欲・態度	欠席・見学・遅刻・忘れ物・授業に取り組む姿勢
②運動や健康・安全についての思考・判断	ワークシートの活用
③運動の技能	実技テスト
④運動や健康・安全についての知識・理解	定期テスト

○学習内容と評価

【東京書籍 新しい保健体育】

	単元名	学習内容	時間数	評価に当たって	
				評価観点	評価の場面・方法
1 学 期	○体づくり運動	○体ほぐし運動。 姿勢・方向転換・集合・列の増減。	7	①②③④	参加状況。 自己技術向上のための工夫。 実技テスト。
	○陸上競技 ○体カテスト	○短距離走・リレー・走り幅跳び ○握力・上体起こし・長座体前屈・ 反復横跳び・20M シャトルラン (1000M走)・50M 走・立ち幅跳 び・ハンドボール投げ。	8		
	○剣道	○道具の付け方しまい方。 基本動作。基本打突。	8		
	○保健分野 ○体育理論	「性教育」 「運動やスポーツの楽しみ方」	6 1		
	○水泳	○バタフライ・クロール	9		
2 学 期	○水泳	○バタフライ・クロール		①②③④	参加状況。 チームや自己技術 向上のための工夫。 実技テスト。
	○器械運動	○マット運動	9		
	○キックベース ○ハンドボール	○基本技能・ゲーム ○基本技術・ゲーム	8 8		
	○保健分野 ○体育理論	「主体と環境」	6 1		
	○持久走	○1000M・1500M・200 0M・2500M・時間走。	10		
3 学 期	○持久走 ○ダンス	○基本の動きを覚えて音にあわせて踊る。創作部分を創作し、隊形 変化等 考えて作品を仕上げる。	9	①②③④	参加状況。 チームや自己技術 向上のための工夫。 実技テスト。
	○保健分野 ○体育理論	「調和のとれた生活」	6 1		
	○バスケットボ ール	○基本技術・ゲーム	8		

枚方市立山田中学校 第2学年 保健体育科(女)シラバス

○学習目標（教科の到達目標）

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

○指導の重点目標

- ・基礎体力の充実を図る。
- ・すべての生徒が楽しく積極的に参加できる授業をめざす。
- ・体育係を中心に自主的、積極的に取り組めるように指導する。
- ・施設設備等の点検とプールの水質管理を行い、事故防止に努める。
- ・安全面に配慮し、授業の充実に努める。
- ・自分の身体や環境問題等について学習し、プリント等を活用することにより学習させる。
- ・定期テストを実施することにより、保健体育と体育理論の定着をはかる。

○研究課題

- ・効率のよいトレーニング方法について

○授業の進め方（※授業を受けるにあたっての留意点）

学校 ……規律をしっかり守り、体育係を中心に全員が協力して楽しめる授業。
 どんな種目にも、失敗を恐れずチャレンジすることができる雰囲気を作る。

家庭 ……スポーツニュースや新聞などを見て、スポーツを知ったり見たり考えたりする。

○通知表の評価について

評価の観点	評価の方法
①運動や健康・安全への関心・意欲・態度	欠席・見学・遅刻・忘れ物・授業に取り組む姿勢
②運動や健康・安全についての思考・判断	ワークシートの活用
③運動の技能	実技テスト
④運動や健康・安全についての知識・理解	定期テスト

○学習内容と評価

【東京書籍 新しい保健体育】

	単元名	学習内容	時間数	評価に当たって	
				評価観点	評価の場面・方法
1 学 期	○体づくり運動	○体ほぐし運動。 姿勢・方向転換・集合・列の増減。	7	①②③④	参加状況。 自己技術向上の ための工夫。 実技テスト。
	○陸上競技	○短距離走・ハードル走	9		
	○体カテスト	○握力・上体起こし・長座体前屈・ 反復横跳び・20M シャトルラン (1000M走)・50M 走・立ち幅跳 び・ハンドボール投げ。			
	○剣道	○道具の付け方しまい方。 基本動作。基本打突。	8		
	○保健分野	「自然災害」	5		
○体育理論		1			
	○水泳	○背泳ぎ・平泳ぎ	9		
2 学 期	○水泳	○背泳ぎ・平泳ぎ	9	①②③④	参加状況。 チームや自己技 術向上のための 工夫。 実技テスト。
	○器械運動	○とび箱運動	9		
	○ソフトボール	○基本技術・ゲーム	9		
	○サッカー	○基本技術・ゲーム	8		
	○保健分野		5		
	○体育理論		1		
	○持久走	○1000M・1500M・200 0M・2500M・時間走。	10		
3 学 期	○持久走	○基本の動きを覚えて音にあわせ て踊る。創作部分を創作し、隊形 変化等 考えて作品を仕上げる。	10	①②③④	参加状況。 チームや自己技 術向上のための 工夫。 実技テスト。
	○ダンス				
	○保健分野	5			
	○体育理論	1			
	○バレーボール	○基本技術	8		

枚方市立山田中学校 第3学年 保健体育科(女)シラバス

○学習目標（教科の到達目標）

心と体を一体としてとらえ、運動や健康・安全についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

○指導の重点目標

- ・基礎体力の充実を図る。
- ・すべての生徒が楽しく積極的に参加できる授業をめざす。
- ・体育係を中心に自主的、積極的に取り組めるように指導する。
- ・施設設備等の点検とプールの水質管理を行い、事故防止に努める。
- ・安全面に配慮し、授業の充実に努める。
- ・自分の身体や環境問題等について学習し、プリント等を活用することにより学習させる。
- ・定期テストを実施することにより、保健体育と体育理論の定着をはかる。

○研究課題

- ・効率のよいトレーニング方法について

○授業の進め方（※授業を受けるにあたっての留意点）

学校 ……規律をしっかり守り、体育係を中心に全員が協力して楽しめる授業。
どんな種目にも、失敗を恐れずチャレンジすることができる雰囲気を作る。

家庭 ……スポーツニュースや新聞などを見て、スポーツを知ったり見たり考えたりする。

○通知表の評価について

評価の観点	評価の方法
①運動や健康・安全への関心・意欲・態度	欠席・見学・遅刻・忘れ物・授業に取り組む姿勢
②運動や健康・安全についての思考・判断	ワークシートの活用
③運動の技能	実技テスト
④運動や健康・安全についての知識・理解	定期テスト

○学習内容と評価

【東京書籍 新しい保健体育】

	単元名	学習内容	時間数	評価に当たって	
				評価観点	評価の場面・方法
1 学 期	○体づくり運動	○体ほぐし運動。 姿勢・方向転換・集合・列の増減。	7	①②③④	参加状況。 自己技術向上のための工夫。 実技テスト。
	○陸上競技	○短距離走・走り高跳び	10		
	○体カテスト	○握力・上体起こし・長座体前屈・ 反復横跳び・20M シャトルラン (1000M走)・50M走・立ち幅跳 び・ハンドボール投げ。			
	○バレーボール	○基本技術・ゲーム	10		
	○保健分野 ○体育理論	「生活習慣病」	7 1		
	○水泳	○四泳法の復習	10		
2 学 期	○水泳	○個人メドレー		①②③④	参加状況。 チームや自己技術 向上のための工夫。 実技テスト。
	○器械運動	○マット運動	10		
	○ハンドボール	○基本技術・ゲーム	10		
	○保健分野 ○体育理論	「薬物乱用」	8 2		
	○持久走	○1000M・1500M・200 0M・2500M・時間走。	10		
3 学 期	○持久走 ○ダンス	○基本の動きを覚えて音にあわせ て踊る。創作部分を創作し、隊形 変化等 考えて作品を仕上げる。	10	①②③④	参加状況。 チームや自己技術 向上のための工夫。 実技テスト。
	○バドミントン	○基本技術・ゲーム	10		