

<学習到達目標>

[主体的に学習に取り組む態度]	ルールやマナーを守り、健康・安全に留意しながら自分の役割を果たし取り組み
[思考・判断・表現]	競技に応じた技術や戦術、表現の仕方や合理的な方法を理解している。
[知識・技能]	各種運動の技能を身につけ、競技力や記録を高め、技能を生かしたゲームをすることができる。 健康・安全について基礎事項を理解し、知識を身につけている。

月	学習のねらい・内容	月	学習のねらい・内容
4	<p><b>【体づくり運動（必修）】</b> 時数9 ◆体力を高める運動と体ほぐしの運動に取り組み、運動の効果や体力の高め方について学習する。</p>	11	<p><b>【器械運動（必修）】</b> 時間数8 ○マット運動 ◆今できる技を磨いたり、新しい技を身につけたりして、技をよりよくすることに挑戦する。</p>
5	<p><b>【陸上競技（必修）】</b> 時数6 ◆クラウチングスタートを学び、スピードにのった走り方とバトンパスの技能を学び、競い合いながらタイムの短縮を目指す。</p>	12	<p><b>【ダンス（必修）】</b> 時間数8 ◆リズムにあわせて楽しく体を動かし、感じたものを表現したりする。</p>
6	<p><b>【球技Ⅰ（必修）】</b> 時数12 ○ソフトボール ○バレーボール ◆ゲームを楽しみ、さらにチーム（ペア）の課題を解決しながら技能やゲームの仕方を高めていく。</p>		<p><b>【保健（必修）】</b> 時間数12 ◆「からだのはたらきの発達」 「生殖機能の発達」 「からだの成熟にともなう性的な発達」について学ぶ。 ◆「精神の発達と自己形成」 「欲求やストレスの対処と心の健康」について学ぶ。</p>
7	<p><b>【水泳（必修）】</b> 時数12 ○クロール ○平泳ぎ ○背泳ぎ ◆泳法やスタート・ターンを練習しながら、距離を伸ばすことやタイムを短縮することに挑戦する。</p>	1	<p><b>【陸上競技（必修）】</b> 時数8 ○長距離走 ◆自分のペースを知り、走法やペース配分を考え、工夫して記録に挑戦する。</p>
9	<p><b>【体づくり運動（必修）】</b> 時数7 ◆新体力テストの結果を参考に、自分の劣っている体力の強化のための運動をする。</p>	2	<p><b>【球技Ⅱ（必修）】</b> 時間数12 ○サッカー ○バスケットボール ◆今もっている力でゲームを楽しみ、さらにチームの課題を解決しながら技能やゲームの仕方を高めていく。</p>
10	<p><b>【武道（必修）】</b> 時数8 ○柔道 ◆礼法や基本動作、固め技を身につけたりして、今できる力で簡単な試合を行う。</p>	3	

○体育理論（必修） 3

\* 運動の特性や学び方について学習する。

評価資料	【主体的に学習に取り組み態度】	・授業の約束事を守れているか ・意欲的な活動を行っているか
	【思考・判断・表現】	・学習資料や学習カードを上手に活用し、課題に合った練習を行っているか ・運動の特性に応じた技能を身につけているか、 また技能や体力がどのくらい向上したか
	【知識・技能】	・運動や健康・安全に関する知識を身につけているか