

平成26年度 広島市立祇園中学校1年女子 シラバス(年間学習指導計画)

月	週	単元	小単元	時数	主な目標	重要観点	評価方法	指導法の工夫	学習のアドバイス
4	1	体づくり運動	○スポーツの特性	8	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツの楽しさを知る。 ・準備運動の必要性と方法を学び、ケガ・事故の予防に役立てる。 ・各部位の運動を理解して正しく身体を動かせる。 ・仲間と協力し、励まし合いながら、正しい運動ができる。 ・自己の体力・能力を知り、体力の向上に役立てる ・規律を守り集団で行動できる。 	① ② ③ ④		呼吸を合わせたグループ学習	班のみんなで呼吸を合わせてやろう。 ラジオ体操は一つ一つの動きをていねいにやろう。
	○体ほぐしの運動 ラジオ体操2・ストレッチ 柔軟体操								
	○体力を高める運動 補強運動								
5	4		○集団行動 ○新体カテスト						
5	5	ダンス	○フォークダンス	8	<ul style="list-style-type: none"> ・踊りの背景にある地域や民族の文化を理解して、踊りの特性を知る。 ・踊りの特徴をとらえて、パートナーと仲良く対応しながら、楽しく音楽に合わせて踊る。 	① ② ③ ④		グループ指導 一斉指導	恥ずかしがらずに踊ろう。 パートナーや仲間を尊重し、きちんと手をつなごう。
	6								
6	8	球技	○ネット型(バレーボール) ○個人的技能	10	<ul style="list-style-type: none"> ・パス・サーブなどの基本的技能を理解し身につけることができる。 ・ルールを理解し、公正な態度をとることができる。 ・チームの課題や集団的スキルを身につけることができる。 ・自分たちで練習の仕方を工夫したり、ゲームを進めることができる。 	① ② ③ ④	前期テスト 実技テスト 提出物(ノート) 発表 授業態度	ボールを使った運動 (柔らかいボールの使用)	ボールにできる限りたくさん触れてみよう。 基本動作のパス・サーブを身につけよう。 チームのみんなと協力してゲームをしよう。 ミニコートのゲームを楽しもう。
	9		1 バス オーバーハンドパス アンダーハンドパス						
	10		2 サーブ アンダーハンドサーブ						
7	12	水泳	○クロール	10	<ul style="list-style-type: none"> ・呼吸法を身につけ、安全に留意することができる。 ・自分の課題を見つけ、意欲的に練習し、工夫することができる。 ・正確な泳法で泳ぐことができる。 ・より速く、長く泳ぐための泳法の知識を理解できる。 	① ② ③ ④		ビート板の使用	安全面に気をつけよう。 常にパディシステムをとろう。 呼吸法を身につけ、距離をのばそう。
	13		1 呼吸法 2 けのび 3 けのびバタ足 4 15mクロール						
9	14	陸上競技	○短距離走・リレー	10	<ul style="list-style-type: none"> ・自己にあったピッチとストライドを見つけて、リズムカルな動きと、最大スピードが出せるようになる。 ・スターティングブロックを使って、自己に適したスタートの仕方ができる。 ・仲間と協力し、バトンパスがタイミング良くなめらかに行われるよう工夫できる。 	① ② ③ ④		記録カード グループ指導	クラウチングスタートを身につけよう。 スターティングブロックを有効に使ってタイムを縮めよう。 腕の振り足の運びを意識してみよう。
	15		1 フォームの練習 2 スターティングブロックの練習 3 バトンパスの練習 4 総合練習 5 まとめの記録会						
11	20	武道	○柔道 ○柔道の知識 ○基本動作	10	<ul style="list-style-type: none"> ・柔道に関心を持ち取り組もうとする。 ・礼儀作法を重んじて相手を尊重する態度がとれる。 ・安全に留意して、練習をしようとする。 ・安全な受身を身につけることができる。 	① ② ③ ④		一斉指導 グループ指導	
	21		1 礼法						
	22		2 姿勢 3 受身						
12	24	球技	○ゴール型(バスケットボール) ○個人的技能	10	<ul style="list-style-type: none"> ・パス・ドリブル・シュートなどの基本的技能を理解し身につけることができる。 ・ルールを理解し、公正な態度をとることができる。 ・チームの課題や集団的スキルを身につけることができる。 ・自分たちで練習の仕方を工夫したり、ゲームを進めることができる。 	① ② ③ ④	後期テスト 実技テスト 提出物(ノート) 発表 授業態度	ボールを使った運動	シュートをたくさんしてみよう。 30秒シュートに挑戦してみよう。 ランニングシュートを覚えよう。 基本のパス・ドリブルを身につけよう。 ゲームで仲間と共に攻撃方法と防御方法を使ってみよう。
	25		1 バス						
	26		2 ドリブル 3 シュート						
1	28	器械運動	○マット運動	10	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の課題を見つけ、意欲的に練習できる。 ・仲間と補助の仕方やアドバイスをしながら練習できる。 ・自分の力に適した技から、より難しい技に挑戦することができる。 ・正しい技術を理解し、仲間、自分の安全に留意することができる。 	① ② ③ ④		グループ指導	補助やアドバイスができるようになる。 みんなで準備・片づけをしよう。 練習しながらコツを覚えよう。 一つ一つの技能を工夫してつないでみよう。
	29		1 回転系技能						
	30		2 転回系技能 3 連続技						
2	32	球技	○ネット型(卓球)	10	<ul style="list-style-type: none"> ・ラケットやボールの扱いになれる。 ・ゲームに必要な基本的なサービスやストロークを身につける。 ・ルールを理解し、公正な態度をとることができる。 ・ミニゲームでボールの変化に応じたラケット操作や、ボールを打ったあとの動きを身につける。 	① ② ③ ④		ダブルスのゲームを行い、より多くゲームができるようにする	みんなで準備・片づけをしよう。 練習しながらコツを覚えよう。 ルールをしっかり理解し、ダブルスゲームができるようになる。
	33		1 ラケットの握り方 2 サービス 3 ストローク						
3	34	球技	4 ゲーム						
	35								

観点 ①運動や健康・安全への関心・意欲・態度
②運動や健康・安全についての思考・判断
③運動の技能
④運動や健康・安全に着いての知識・理解

※授業場所や施設の状況等で変更がありますことをご了承ください