

第1学年 (前期) 保健体育科女子 評価・評定計画

学習単元・内容	学習のポイント
<b>1 体づくり運動</b> ア 体ほぐしの運動 ストレッチ(柔軟) 運動  イ 体力を高める運動 ・集団行動 ・補強運動	<b>1 体づくり運動</b> ア・身体の状態や変化に気づき、体を動かす楽しさや心地よさを味わおうとする。 ・一つ一つの動作の意義を理解し、身につける。  イ・仲間と協力してお互いの体の状態に気を配ったり、安全に留意したりして運動をしようとする。 ・体力を高める運動を身につけたり、合理的に体力を高めたりすることができる。
<b>2 体カテスト</b>	<b>2 体カテスト</b> ・体カテストを実施することにより、自分の能力や体力を知り、今後の授業や体カづくりに活かして行く。
<b>3 陸上競技</b> ア 短距離走  イ リレー	<b>3 陸上競技</b> ア 短距離走 ・クラウチングスタートができる。 ・ももあげ、腕振りの基本動作ができる。 ・バトンパスがスムーズにできる。
<b>4 水泳</b> ア クロール	<b>4 水泳</b> ア クロール ・ストローク(手の動作)やキックの仕方を習得し、呼吸のタイミングや全体のバランスを整える。
<b>5 バレーボール</b>	<b>5 バレーボール</b> ・チームの課題や自分の能力に適した課題の解決を目指して練習・ゲームができるようにする。 ・オーバーハンドパス、アンダーハンドパスができる。

評価・評定について				
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断	技能	知識・理解
評定に対する 観点の割合 (%)	25%	25%	25%	25%
評価事項 ※ 場合によ って、各項目 を超えて減点 することがあ る。	ベル着 忘れ物	自己評価 行動観察	集団行動 50M走、リレー 水泳(クロール・ 平泳ぎ) バレー(アンダーハ ンドパス・オーバ ーハンドパス)	定期テスト