

令和7年度 西武台千葉中学校・高等学校シラバス

科目名	保健体育				
教 科	保健体育科	時間数	3時間	学年・コース	中学1年 全クラス
使用教科書	保健体育（大修館書店）				
副教材等	ステップアップ中学体育（大修館）				

1. 学習の目標・内容・特色(目標を実現するための重要点を含む)

- ① 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行う。
- ② 生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を育てる。
- ③ 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の形成。

2. 学習の計画(どのような内容を、どの時期に学ぶのか)

月	単元名	評価方法	月	単元名	評価方法
4月	○ 体操 ○ 集団行動	集団行動の正確さを評価	10月	○ 陸上競技（長距離走）/武道（柔道）	ワークシート 実技・筆記試験
5月	○ スポーツテスト	新体力テスト実施 走投跳持久力と 取組み方を評価	11月	○ サッカー	ワークシート 実技・筆記試験
6月	○ ソフトテニス	ワークシート 実技・筆記試験	12月	＜保健＞ ○ 心身の発達と心の健康	第2学期期末考査 (授業内実施)
7月	＜保健＞ ○ 健康な生活と病気の予防	第1学期期末考査 (授業内実施)	1月	○ ダンス	ワークシート 実技・筆記試験
8月			2月		
9月	○ 体育祭		3月	＜保健＞ ○ 運動やスポーツの多様性	第3学期期末考査 (授業内実施)

3. 学習評価について（観点・評価場面設定・年度末評定）

評価は、次の観点から行います

- ① 知識・技能 ② 思考・判断・表現 ③ 主体的に学習に取り組む態度

なお、各観点別評価場面の設定については、具体的には次のものを対象とします

- | | | |
|-----------------|--------------------|---|
| ① 知識・技能 | [筆記試験（保健）・実技試験 |] |
| ② 思考・判断・表現 | [筆記試験（保健・体育）・実技試験 |] |
| ③ 主体的に学習に取り組む態度 | [出席率、提出物、授業態度 |] |

年度末評定は、各学期の観点をもとに年度末の各観点を確定させ、その組み合わせによって決定します