

# 授業改善推進プラン〈保健体育・女子〉

西東京市立ひばりが丘中学校

## 1 指導目標

- ・運動の楽しさや喜びを味わうことができるように知識や技能を身につけ、生涯にわたって運動を豊かに実践することができるようにする。
- ・運動における競争や協同の経験を通して、公正、協力、責任を果たすなどの態度を育てる。
- ・生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していく資質や能力を育てる。

## 2 平成26年度 1学期における考察と課題

学年	考察	課題
1 学年	基本的な運動習慣が身につけていない生徒が見られる。	活動量を多くし、運動の機会を増やす取り組みをしていく必要がある。
2 学年	投力が全体的に低い傾向が見られる。	毎時間の中で筋力トレーニングを取り入れ、筋力向上を目指した取り組みが必要である。
3 学年	全身持久力の低い生徒が多く見られる。	毎時間の中で有酸素運動を取り入れ、全身持久力向上を目指した取り組みが必要である。
全学年	持っている技能を実践の様々な場面で活用するための思考力、判断力、表現力に改善の余地がある。	ねらいを持ったゲーム形式の活動を取り入れていく必要がある。

## 3 平成26年度 2学期以降への改善のポイント

学年	改善のポイント
1 学年	・運動の機会が保健体育の授業のみという生徒も少なくない。そのため、授業の中で多くの活動量を確保し、運動習慣を身につけられるような取り組みをしていく。
2 学年	・毎時間の最初に、力強い動きのできる体力を高めるため、個々の発達段階に応じた筋力トレーニングを取り入れる。
3 学年	・骨格や筋肉の発達に合わせて柔軟性や巧緻性が高められるよう、毎時間の中に柔軟運動や巧みな動きを高める運動を取り入れる。
全学年	・技能の習得だけでなく、ゲーム(試合形式)の中での活用を常に意識させる。また、活動量確保のためにも、各領域各単元において、ゲーム(試合形式)を多く取り入れる。

## 4 評価の工夫

観点	観点の項目	評価内容
運動や健康・安全への関心・意欲・態度	・運動やスポーツに関心を持ち、公正、協力、責任などに対する意欲をもって、学習することができたか。 ・心身の健康や安全に関心を持ち、健康で安全な生活を送るために意欲的に学習することができたか。	観 察 参加意欲 ワーク 学習カード
運動や健康・安全についての思考・判断	・自己の学習課題を設定でき、その課題解決のために取り組み方を工夫し、合理的に活動することができたか。 ・健康・安全に留意しながら活動することができたか。	観 察 学習カード
運動の技能	・目標とする学習課題に到達するために、各領域の運動の特性に応じた基本的な技能を身につけているか。	観 察 実技テスト 記録会
運動や健康・安全についての知識・理解	・学習した内容を整理し、各運動の特性や成り立ち、技の名称や行い方などの基本的な知識を身につけることができたか。	定期テスト 授業中の発問