

年度	学年
2022	中学2年

教科	保健体育科
科目(授業名)	リトミック
単位数	週1時間
区分	必須

授業概要	<p>目的： 生涯を通じて健康・安全について 学び続ける基礎を身につける 「わかってできる 楽しい保健体育の授業」</p>
到達度目標	<p>目標：健康と安全の学びを通し ①「本質を考える力」を修得する ②「選ぶ力」を修得する ③「行動する」を修得する ④ 美しい姿勢をつくり、運動感覚の発達・集中力の増大 ・統御力(コントロール)の養成・リズムカルな身体部位の働き ・感情・意志の自由とコントロールを完成させる。</p>

教科書	
補助教材 参考図書など	
課題	
成績評価方法	<p>実技テスト(個人) 実技テスト(集団) 毎時間の記録ノート提出</p>
定期試験	前期中間      前期期末      後期中間      学年末

授業計画

学期	学習内容	備考
前期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育時におけるオリエンテーション</li> <li>・リズムの歴史・本校で行う意義</li> <li>・足の基本ステップ(ウォーキング・ツーステップ・スキップ・ポルカステップ・ワルツステップ)</li> <li>・腕の回旋(手2～4拍子・足2拍子)</li> <li>・柔軟</li> </ul>	
	(前期中間試験 なし)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ラジオ体操</li> <li>・基本ステップ</li> <li>・手の拍子(2～6拍子)</li> <li>・異拍子3と2,4と2,6と3,4と3)</li> <li>・音符</li> <li>・リズムの暗記(1～4)</li> </ul>	
(前期期末試験 なし)		
後期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・音階(高音・低音)</li> <li>・休止符(前半)</li> <li>・リズムカノンA</li> </ul>	
	(後期中間試験 なし)	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・腕の基本</li> <li>・年間リズムテクニック総練習</li> </ul>	
(学年末試験 なし)		