

授業計画

学年	区分	教科名	科目名	授業時間	対象
中学1年	必修	保健体育	リトミック	週1時間	中1全生徒
到達目標	<p>目的:生涯体育の土台をつくる (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)</p> <p>「わかって できる 楽しい保健体育の授業」</p> <p>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> <p>初めて習うリトミックという体育の種目に関して、本校におけるリトミックを習得する意義・歴史を学び、基本のリトミック、テクニックを学ぶ。</p>				
学習教材	教科書 なし 副教材 なし				
クラス編成	クラス単位				
成績評価方法	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				

年間スケジュール

学期	学習内容	備考(指導方法など)
前期	<ul style="list-style-type: none"> ・体育時におけるオリエンテーション ・リトミックの歴史・本校で行う意義 ・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) ・腕の回旋(手2～4拍子・足2拍子) ・柔軟 	
	前期中間試験	
	<ul style="list-style-type: none"> ・ラジオ体操 ・基本ステップ ・手の拍子(2～6拍子) ・腕の回旋 ・異拍子3と2,4と2,6と3,4と3 ・音符 ・リズムの暗記(1～4) 	
前期期末試験		

学期	学習内容	備考(指導方法など)
後期	<ul style="list-style-type: none"> ・音階(高音・低音) ・休止符(前半) ・リズムカノンA 	
	後期中間試験	
	<ul style="list-style-type: none"> ・腕の基本 ・年間リトミックテクニック総練習 	
後期期末試験		