年度	学年
2022	中学3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	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」
到達度目標	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 中学2年で学んだリトミックを復習し、さらに進んだ技術を習得する。 ⑤ それぞれのリトミックに応用を取り入れ、複合的な技術を習得する。 ⑥ グループで創作ダンスを計画・実施し、発表する。

教科書	なし			
補助教材 参考図書など	なし			
課題	なし			
成績評価方法	実技テスト・ノートにより評価する ・個人テスト ・集団テスト 創作ダンス発表評価（グループノート・実施評価）			
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	・オリエンテーション ・基本ステップ ・リズムの暗記 ・柔軟 ・拍子，異拍子（5・6まで） ・手足音符 ・音階	
	前期中間試験	
	・ラジオ体操 ・手足音符 ・リズムの暗記 ・休止符（前半・後半） ・基本ステップ(大跳躍まで)	
	前期期末試験	
後期	・手足いろいろな音符 ・腕の基本（ステップ，音楽を付けて） ・リズムの暗記（1～4、バック、シンコペーション）	
	後期中間試験（学年末試験）	
	・年間リトミック（中学リトミック）総復習 ・小グループでのダンス作品つくり（説明） ・ダンス作品つくり	
	学年末試験	