

教科(科目)	保健体育（体育）	単位数	3単位	学年(コース)	1学年
使用教科書	大修館書店『現代高等保健体育』				
副教材等	大修館書店『図説現代高等保健』				

1 学習目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成することを目指す。

(1) 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。

(2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。

(3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

2 指導の重点

① 自らの意思で選択した運動領域に主体的に取り組む中で、運動の楽しさや喜びを実感し、生涯にわたって健康で活力のある生活を営む基礎をつくります。

② グループ活動などを通じて、積極的に他者と関わりながらコミュニケーション能力を高め、互いに協力や工夫することができる能力を育てます。

③ 相手や仲間を尊重しフェアなプレイを大切にする態度を身につけ、ルールやマナーを守ることの重要性を理解するとともに、安全面に配慮することができる能力を養います。

3 評価の観点の趣旨

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けようとしている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えようとしている。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養おうとしている。

4 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行います。			
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価の観点	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けようとしている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えようとしている。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養おうとしている。
評価方法	以上の観点を踏まえ、 ・授業への取り組み（技能の向上、知識の活用等）の観察 ・振り返りシートの提出状況や記述内容 ・各単元のテスト などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・授業への取り組み（発言、グループ活動等）の観察 ・振り返りシートの提出状況や記述内容 ・体育日誌の記述内容 などから、評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・授業への取り組み（自主性、積極性、協調性等）の観察 ・授業への出席状況、授業準備状況、実技の参加状況 などから、評価します。

5 学習計画

月	単元名	授業 時数	教材名	学習活動(指導内容)	評価の 観点	評価方法
4	体づくり運動	11	体づくり運動	・体ほぐしの運動 ・実生活に生かす運動の計画	b c	振り返りシート 行動の観察

5	領域選択 A①	11	陸上競技 (競走)  器械運動	・短距離走、リレー、ハードル走  ・マット運動	a b c	技能テスト 振り返りシート 行動の観察
6	領域選択 A②	11	陸上競技 (競走)  器械運動	・短距離走、リレー、ハードル走  ・マット運動	a b c	技能テスト 振り返りシート 行動の観察
7	球技選択	11	球技 (バースポール型) (ネット型)	・ソフトボール ・テニス	a b c	技能テスト 振り返りシート 行動の観察
9	体育理論 ①	3	体育理論	・スポーツの始まりと変遷 ・文化としてのスポーツ ・オリンピックとパラリンピックの 意義	a b	確認テスト 振り返りシート
9 10	陸上競技	11	陸上競技 (競走)	・長距離走	a b c	技能テスト 振り返りシート 行動の観察
11	領域選択 B①	11	武道  球技 (ゴール型)	・柔道  ・バスケットボール	a b c	技能テスト 振り返りシート 行動の観察
12	領域選択 B②	11	武道  球技 (ゴール型)	・柔道  ・バスケットボール	a b c	技能テスト 振り返りシート 行動の観察
1 2	アルペン スキー	15	アルペン スキー	・アルペンスキー (校外施設)	a b c	技能テスト 振り返りシート 行動の観察
3	体育理論 ②	3	体育理論	・スポーツが経済に及ぼす効果 ・スポーツの高潔さとドーピング ・スポーツと環境	a b	確認テスト 振り返りシート

計 96 時間 (55 分授業)

## 6 課題・提出物等

- ・ 单元ごとに授業時間内でテストまたは発表会を行い、さらに振り返りシートの提出があります。
- ・ 体育理論は確認テストを行います。
- ・ 輪番で体育当番があります。授業連絡や人員報告、体育日誌の記入など役割を果たしてください。
- ・ 怪我や体調不良で見学する際は、見学証の提出が必要です。

## 7 担当者からの一言

スポーツの意義は、人生をより豊かにし、充実したものとするとともに、人間の身体的・精神的な欲求にこたえる世界共通の人類の文化であることです。『できない』が『できる』にかわる喜び、『できる』が『より上手くできる』にかわる楽しさを授業で実感しましょう。運動やスポーツは「する」のみならず、「みる・調べる・支える」など多様な関わり方を実践し、生涯にわたり「豊かなスポーツライフ」を送ることができるようにしていきましょう。