

教科（科目）	保健体育（体育）	単位数	2単位	学年（系）	3学年
使用教科書	最新高等保健体育改訂版（大修館書店）				
副教材等					

1 学習目標

- ①運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
- ②自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 指導の重点

- ①運動について、技がよりよくできる楽しさや喜び、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を高めることができるようにする。また、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力の向上を図り、目的に適した運動の計画や自己の体力や生活に応じた運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようにする。【運動】
- ②運動に主体的に取り組むとともに、体力などの違いに配慮しようとする事、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、合意形成に貢献しようとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。【態度】
- ③技術の名称や運動の行い方、体力の構成要素や高め方、課題解決の方法、競技会などの仕方、互いに共感し高め合おうとすること、実生活への取り入れ方などを理解し、自己やグループの課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。【知識、思考・判断】
- ④スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方、豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解できるようにする。【体育理論】

3 学習計画（1単位時間：55分）

月	学習内容	時間	評価方法
4	年度始休業	6	関心・意欲・態度 思考・判断 運動の技能 知識・理解 授業への出席状況 授業への取組状況 課題レポート
	オリエンテーション		
	体づくり運動		
5	2領域選択 陸上競技（走：50m, 100m, 100mH、跳：走幅跳） 器械運動（鉄棒）	10	体育理論：授業内にて確認テスト
6	3領域選択 陸上競技（走：50m, 100m, 100mH、跳：走幅跳） 器械運動（鉄棒） 球技（ネット型：テニス ゴール型：サッカー ベースボール型：ソフトボール）	10 (5)	
7			
8	夏季休業		
9	3領域選択	(体育理論)	関心・意欲・態度 思考・判断 運動の技能 知識・理解 授業への出席状況 授業への取組状況 課題レポート
	陸上競技（長距離走：秋季体育大会）	8	
10	4領域選択 武道（柔道） 球技（ネット型：テニス、バドミントン、ゴール型：サッカー、バスケットボール、ベースボール型：ソフトボール、ティーボール） 器械運動（跳び箱運動） ダンス	12	体育理論：授業内にて確認テスト

11	4領域選択		
12	特別編成授業① ※Eコース選択者	8	
	冬季休業		
1	特別編成授業①		関心・意欲・態度 思考・判断 運動の技能 知識・理解 授業への出席状況 授業への取組状況 課題レポート
2	特別編成授業② ※体育系大学進学希望者受験対策	10	
3			
	年度末休業		

計 64 時間 (55 分授業)

4 課題・提出物等

- ・授業時の見学者は、授業内容についてまとめ、感想を添えて提出する。
- ・DVD などの実技実習映像を視聴した後に内容をまとめ、感想を添えて提出する。
- ・体育理論において、課題レポートおよび授業ノート等を提出する。

5 評価基準と評価方法

評価は次の4観点から行います。

①関心・意欲・態度	②思考・判断	③運動の技能	④知識・理解
運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を持ち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組んでいる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	選択した運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。

以上の観点を踏まえ、

- ・授業における自主性・積極性(思考・判断、知識・理解)
- ・授業への取り組み(関心・意欲・態度、知識・理解)
- ・運動の技能(技能・表現)
- ・授業への出席状況・実技の取得状況
- ・課題の提出状況や記述内容(知識・理解)
- ・各単元等のテストの結果(知識・理解)

などから、総合的に評価します。

6 担当者からの一言

自己の能力に応じて運動の課題を見つけ出し、その課題を解決することによって得られる運動の楽しさや喜びを味わえる授業にしましょう。

体育理論では、体力増進のために効果的に運動やスポーツを行うことの大切さを学び、スポーツの歴史や文化的特性などの背景を学ぶことで、生涯にわたってより豊かなスポーツライフを設計できるような力を身につけていきましょう。