

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

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。

2 指導の重点

- ・各種目の基本的な個人的技能やルールを身につけさせる。
- ・社会的な態度を育てる。
- ・自己の体力に気づき生涯にわたり豊かなスポーツライフを送ることの出来る能力を育てる。

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と、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身につけようとしている。 |

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と、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身につけようとしている。 |
| 評価方法 | <ul style="list-style-type: none"> ・授業の取り組み(態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 | <ul style="list-style-type: none"> ・授業の取り組み(態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 | <ul style="list-style-type: none"> ・授業の取り組み(態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 |

5 学習計画

| 月 | 単元名 | 授業時数 と領域 | 教材名 | 学習活動(指導内容) | 評価の 観点 | 評価方法 |
|---|-----|-------------|-----|------------|-----------|------|
| | | | | | | |

| | | | | | | |
|------------------------|------------------------------|-----|--|---|-------|--|
| 4 ・ 5 | 体づくり 運動10h ダンス (民謡) | 1 8 | 新潟甚句 佐渡おけさ | <ul style="list-style-type: none"> ・手軽な運動や律動的な運動を行うことにより自分や仲間の体や心の状態に気付いたり・体の調子を整えることが出来るようにする。 ・手軽な運動や規律的な運動を行うことにより仲間との交流を豊かにする。 ・ダンスの特徴についての理解と課題の解決を目指した計画的な実戦を通して、交流し発表する。 | a b c | <ul style="list-style-type: none"> ・授業の取り組み(態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 |
| 6 ・ 7 | 球技ネット型 体育理論 3h | 1 8 | 男子：バドミントン 女子：バレーボール スポーツの 発祥と発展 | <p>個人技能としてハイクリア、ドロップ、ドライブ、スマッシュ、ヘアピンなどの各種技能を身につけるようにする。</p> <p>個人的技能として、サーブ、パスとレシーブ、トス、スパイク、ブロックなどの基本を身につけるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人間にとって「動く」とは何か ・スポーツの始まりと変遷 ・スポーツ文化の楽しみ方 | a b c | <ul style="list-style-type: none"> ・授業の取り組み(態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 |
| 8 ・ 9 ・ 10 | 体育理論 3h 陸上競技 | 2 4 | スポーツの 発祥と発展 長距離走 | <ul style="list-style-type: none"> ・オリンピックと国際理解 ・スポーツと経済 ・ドーピングとスポーツ倫理 <p>ロードレースにあわせ、自己の記録を向上するための技能を高め、記録の向上の喜びや競争の楽しさを味わうことが出来るようにする。</p> <p>長い距離を継続して走ることにより、心肺機能の向上や強い精神力が養われるようにする。</p> | a b c | <ul style="list-style-type: none"> ・授業の取り組み(態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 |

| | | | | | | |
|-----------------------|---|-----|--|--|-------|--|
| 11 ・ 12 | 2 領域選 択 男子：武 道 球技ゴー ル型 女子：武 道 球技ネッ ト型 | 1 8 | 武道（柔道） 男子：バスケ ットボール 女子：バドミ ントン | 礼法、受け身を習得し、投げ技の 基本動作や寝技を習得し、相手を 安全に投げたり、抑えたりするこ とができる簡易的な攻防をする。 個人的技能として、パス、キャッ チ、ドリブル、シュート、フット ワーク、フェイントなどを身につ けるようにする。 個人技能としてハイクリア、ドロ ップ、ドライブ、スマッシュ、ヘ アピンなどを身につけるように する。 | a b c | ・授業の取り組み (態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 |
| 1 ・ 2 ・ 3 | 2 領域選 択 男子：武 道 球技ゴー ル型 女子：武 道 球技ゴー ル型 体づくり 運動 6h | 2 7 | 武道（柔道） 男子：サッカー 女子：バスケ ットボール | 礼法、受け身を習得し、投げ技の 基本動作や寝技を習得し、相手を 安全に投げたり、抑えたりするこ とができる簡易的な攻防をする。 個人技能としてパス、ドリブル、 トラッピング、ヘディング、シュ ートなどを身につけるようにす る。 個人的技能として、パス、キャッ チ、ドリブル、シュート、フット ワーク、フェイントなどを身につ けるようにする。 | a b c | ・授業の取り組み (態度、参加状況) ・実技試験 ・提出物 |

計 1 0 5 時間 (50 分授業)

6 課題・提出物等

各单元ごとに、実技テスト等の課題、提出物があります。

7 担当者からの一言

健康管理に注意し、欠席をせずに出席し、一生懸命取り組んでください。