

教科名	保健体育	科目名	1年体育	単位数	2	対象	HR11～HR16
担当者	大西強介、山谷政史、小湊明日海						
使用教科書			使用教材			年間授業時数	
現代高等保健体育						70	
学期	月	指導内容		指導目標		時数	
1 学期	4	体ほぐしをおこない体をならし、スポーツテストに向けて、徐々に体力を向上させる。		正しくストレッチ・ラジオ体操・各種トレーニングなどをおこなわせる。また、運動に親しんでいない生徒が運動になれるよう配慮し、スポーツテストにおいて、測定値が前年度よりも向上できるように指導する。		26	
	5	スポーツテストとともに短距離走をおこなう		スポーツテストとともに、短距離の走り方の技術を学び、個人の記録向上につなげる。			
	6	水泳では、クロール・平泳ぎを習得させる。		確実に、また、長く泳げるように指導し、自己ベストが出せるようにする。			
	7	水泳では、クロール・平泳ぎを習得させる。		確実に、また、長く泳げるように指導し、自己ベストが出せるようにする。			
2 学期	9	水泳では、クロール・平泳ぎを習得させる。		確実に、また、長く泳げるように指導し、自己ベストが出せるようにする。		30	
	10	男子はバレーボールとバスケットボール、女子はマット運動とフットサルを学ぶ		9月から12月の4か月は男子球技2種目、女子球技1種目とマット運動を学ぶ。			
	11	男子はバレーボールとバスケットボール、女子はマット運動とフットサルを学ぶ		9月から12月の4か月は男子球技2種目、女子球技1種目とマット運動を学ぶ。			
	12	男子はバレーボールとバスケットボール、女子はマット運動とフットサルを学ぶ。12月下旬から男子は持続走とテニス、女子はバドミントンと持続走を学ぶ		9月から12月の4か月は男子球技2種目、女子球技1種目とマット運動を学ぶ。12月下旬から3月の2か月半は男女とも持続走と各種目を学ぶ。男女とも持続走は20分完走を行い記録を伸ばす。			
3 学期	1	12月下旬から男子は持続走とテニス、女子はバドミントンと持続走を学ぶ		12月下旬から3月の2か月半は男女とも持続走と各種目を学ぶ。男女とも持続走は20分完走を行い記録を伸ばす。		14	
	2	12月下旬から男子は持続走とテニス、女子はバドミントンと持続走を学ぶ		12月下旬から3月の2か月半は男女とも持続走と各種目を学ぶ。男女とも持続走は20分完走を行い記録を伸ばす。			
	3	12月下旬から男子は持続走とテニス、女子はバドミントンと持続走を学ぶ		12月下旬から3月の2か月半は男女とも持続走と各種目を学ぶ。男女とも持続走は20分完走を行い記録を伸ばす。			
評価の観点		趣 旨				評価の方法	
知識・技能		運動の合理的、計画的な実践のための知識・技能を身に付ける。運動の楽しさや喜びを味わい、生涯スポーツ・運動へと継続できる。運動の多様性や体力の必要性について理解し、技能を身に付ける。				授業中の動きの観察、記録測定、技能テスト、学習カードの記録など。	
思考・判断・表現		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。自己や仲間の考えたことを他者に伝える力が養われている。				業中の動きの観察、学習カードの記録、課題レポートなど。目標に向けて仲間と協力し、考え、伝えつつ運動できているか。	
主体的に学習に取り組む態度		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するなど意欲がみられる。健康・安全を確保して、継続して運動に親しむ態度がみられる。				出席状況、授業態度（服装・身だしなみ、積極的行動や声掛け、授業の準備・片付け）、授業中の行動観察。	