

教科名	保健体育	科目名	3年体育	単位数	3	対象	HR31～HR36
担当者	大西強介、山谷政史、鈴木聡、波多野静、山田康博、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（大修館書店）							117
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。			42
	5	スポーツテストとともに短距離走をおこなう。 ・種目選択Ⅰ（ラケット種目～バドミントン、テニス、卓球の中から1種目を選択）		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。 ・技術やルールを知り、練習からゲームまで主体的に行えるようにする。			
	6	水泳では、クロール・平泳ぎ・背泳ぎを習得させる。 ・種目選択Ⅰ（ラケット種目～バドミントン、テニス、卓球の中から1種目を選択）		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。 ・グループで練習計画の立案、実践を行う。			
	7	水泳では、クロール・平泳ぎ・背泳ぎを習得させる。 ・種目選択Ⅰ（ラケット種目～バドミントン、テニス、卓球の中から1種目を選択）		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。 ・グループで練習計画の立案、実践を行う。			
2 学 期	9	・種目選択Ⅱ（ラケット種目～バドミントン、テニス、卓球から1種目を選択） ・フットサル（男子） ・ハンドボール ・フットサル（女子） 水泳		・1学期とは別種目を選択し、技術やルールを知り練習からゲームまで主体的に行う。 ・ハンドボールの技術向上とゲームが行えるようにする。 ・フットサルの技術、ルールを理解し、安全にゲームが行えるようにする。			48
	10	・種目選択Ⅱ（ラケット種目） ・フットサル（男子） ・ハンドボール・フットサル（女子）		・グループ別に練習計画の立案、実践を行い、生涯体育に繋げる ・ハンドボールの技術向上と、ゲームが行えるようにする ・フットサルの技術向上と、ゲームが行えるようにする。			
	11	・種目選択Ⅲ球技（バスケットボール、バレーボール、ソフトボール）から1種目を選択 ・ハンドボール（男子） ・ハンドボール・フットサル（女子）		・自主的に協力して練習、ゲームが行えるようにする。 ・ハンドボールの技術向上と、ゲームが行えるようにする ・フットサルの技術、ルールを理解し、安全に楽しくゲームが行えるようにする			
	12	・種目選択Ⅲ球技（継続） ・ハンドボール（男子） ・ハンドボール・フットサル（女子）		・自主的に協力して練習、ゲームが行えるようにする。 ・ハンドボールの技術向上と、ゲームが行えるようにする ・フットサルの技術、ルールを理解し、安全に楽しくゲームが行えるようにする。			
3 学 期	1	・種目選択Ⅲ球技（継続） ・ハンドボール（男子） ・ハンドボール・フットサル（女子）		・自主的に協力して練習、ゲームが行えるようにする。 ・ハンドボールの技術向上と、ゲームが行えるようにする ・フットサルの技術、ルールを理解し、安全に楽しくゲームが行えるようにする。			27
	2						
	3						
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。各種の運動の基礎から発展への技術、練習方法、ルールの理解および実技の技能到達度。	
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。				授業中の動きの観察、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。課題を見つけ向上するための工夫ができるか。	
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（安全に気を付ける、ルールを守る、仲間と協力する、繰り返し努力する、率先して行う態度）	