

科目（講座名）		体 育	3 単位	必履修
教科書	現代高等保健体育（大修館書店）		担当教諭	
副教材				

学習の目標

- ①集団行動を徹底し、集団におけるルールやマナーの大切さを理解する。
- ②スポーツを通して、心身発達をうながし生涯を通して運動を実践する態度や習慣を身に付ける。
- ③チーム作りを通して、話し合いの中で円滑な仲間との関係を作る。

授業内容

- 1 学期 サッカー（男子）・テニス/ソフトボール（男子）・バレーボール（女子）・ダンス（女子）・水泳
- 2 学期 水泳・バレーボール（男子）・テニス/ソフトボール（男子）・ソフトボール（女子）・ダンス（女子）・持久走
- 3 学期 持久走・縄跳び
- ※すべての種目の中で体づくり運動は取り扱う

学習方法

- ①個人競技は、体力作りに重点を置き、基本練習から段階を経て応用練習へと移行する。
- ②集団競技は、個人技術から集団技術への展開。仲間を大切にし、役割分担を考え、チーム作りを行う。ゲームにおいて、戦略・戦術を考え作戦をたてる。
- ③スポーツを通じ、競技の意義を正しく理解し、公正な態度と協力しあう意識を養い、個人集団を問わず「最大限の努力と協力」をする習慣を身につける。

評価の観点

関心・意欲・態度	各種目の特性を理解し、互いに協力し、励まし合いながら練習や競技を行おうとする。勝敗に対して公正な態度がとれる。
思考・判断	自己の能力に応じた目標や課題を設定し、効果的な練習の仕方や競技の仕方を工夫することができる。
技能	チームや個々の能力に応じた課題の練習や、ゲームを通して、集団的・個人的技能を高めることができる。
知識・理解	各種目の特性や学習の進め方、練習や競技の仕方を理解している。競技の運営やルール・審判法を理解している。

評価方法

各担当が実技テスト点、出席点 授業点をつけ5段階評価する。
 なお、授業参加状況、授業態度も評価の対象になる。
 学年末は年間の成績を総合的に判断し、評価する。

年間計画

学期	月	配当 時間	単元	学習内容	学習上の留意点
1	4	39	A) 男子：サッカー 女子：バレーボール	・基本練習から応用練習への発展 ゲームおよびルールと審判法の理解	安全に配慮する。 勝敗に対して公正な態度をとらせる。 ゲーム運営について理解させる ルールの理解について観察する。 仲間と協力しながら行わせる。
	5				
	6				
	7		B) 男子：テニス・ソフトボール 女子：ダンス	・基本練習から応用練習への発展 ゲームおよびルールと審判法の理解 ・基本練習と基本動作 ・リズムカルな動きの基礎	安全に配慮する。 勝敗に対して公正な態度をとらせる。 ゲーム運営について理解させる ルールの理解について観察する。 仲間と協力しながら行わせる。 ・リズム、音楽に合わせた表現力の向上
			水泳	泳法指導 ・4泳法	安全の確保
2	9	42	水泳	タイム測定 ・クロール、平泳ぎ、背泳ぎ3種目メドレー ・バタフライ	安全の確保
	10		A) 男子：バレーボール 女子：ソフトボール	・基本練習から応用練習への発展 ゲームおよびルールと審判法の理解	説明をよく聞き、理解して行動させる。 勝敗に対して公正な態度をとらせる。 ゲーム運営について理解させる ルールの理解について観察する。 仲間と協力しながら行わせる。
	11				
	12		B) 男子：テニス・ソフトボール	・基本練習から応用練習への発展 ゲームおよびルールと審判法の理解 ・グループ創作と発表	安全に配慮する。 勝敗に対して公正な態度をとらせる。 ゲーム運営について理解させる ルールの理解について観察する。 仲間と協力しながら行わせる。

保健体育

			A・B) 持久走	時間走と距離走のタイム トライアル	基礎体力の向上
3	1 2 3	24	A・B) 持久走 A・B) 縄跳び	時間走と距離走のタイム トライアル ・基礎練習・連続技 ※体づくり運動 (年間を通して実施) ・柔軟性、巧緻性、筋力、 持久力等基礎的体力の向 上	自己の記録の向上への意欲を持た せる。 安全に配慮する。