

保健体育

教科	科目	単位数	履修年次・選択群	履修区分
保健体育	体育	2	3年次・全	必履修

目 標	履修の条件・連絡
1 各種の運動の合理的な実践を通して、運動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 体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。	・3年次必履修科目

使用教科書 (出版社)	現代保健体育 (大修館)	副教材 (準備物)	ACTIVE SPORTS
----------------	-----------------	--------------	---------------

学年	学期	学 習 の ね ら い		
		期	月	
学 習 の 年 間 計 画	1 学 期	4月	1 体づくり運動 ・体ほぐしの運動	<ul style="list-style-type: none"> 自分や仲間の体や心の状態に気付く。 体の調子を整え、仲間との交流を豊かにする。 自己の体力と運動能力を知り、体力を高めていく工夫ができるようにする。 運動を適切に行うための、集団行動の意義や行い方を理解する。 自己の興味や適正に応じて種目を選択する。 ソフトボールでは基本的な技術(打撃・守備)を身に付けると共に集団の技能や個人技能を発揮して攻撃と防御を繰り返し勝敗を競う楽しさや喜びを味わう。 バレーボールでは各種パスの技術を身につけラリーを楽しめるようになる。 卓球でフォア、バック等基本的な技術とルールを身に付け、試合ができるようになる。 バドミントンでは基礎基本的技術やルールを体験しながら身に付ける。 生涯にわたってスポーツと豊かにかかわるためのスポーツライフの設計の仕方について学ぶ。 各種の運動に関連する体力及び健康に関連する体力の向上を目指す。 自己の興味や適正に応じて種目を選択する。 サッカーのルールと基本技術を習得する。 個人戦術とグループ戦術を理解し実践する。 個人やチームの能力に応じて作戦を立て、持っている技能を最大限に活用してゲームを行う。 バスケットボールのルールと基本技術を習得する。 個人戦術とグループ戦術を理解し実践する。 卓球でフォア、バック等基本的な技術とルールを身に付け、試合ができるようになる。 バドミントンでは基礎基本的技術やルールを体験しながら身に付ける。 生涯にわたってスポーツと豊かにかかわるためのスポーツライフの設計の仕方について学ぶ。 各種目のゲームを楽しむ。
		5月	・体力を高める運動 ・新体力テスト	
		6月	2 集団行動	
		7月	3 種目選択による実技 ・ソフトボール	
	2 学 期	9月	5 体づくり運動	
		10月	6 種目選択による実技 ・サッカー	
		11月	・バスケットボール	
		12月	・卓球 or テニス ・バドミントン	
	3 学 期	1月	7 体育理論	
		2月	8 球技	
		3月		

学 習 評 価	観点	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
	規 準	各種目の特性に関心をもち楽しさや喜びを味わっているか。 公正な態度で練習や試合に進んで取り組んでいるか。 積極的に運動しているか。 健康や安全に注意しているか。	自分の能力に応じた技術を習得するための課題を設定し、その解決を目指して練習の仕方や試合を工夫しているか。 課題を見つけ出し、その課題解決を目指して、運動の仕方を工夫しているか。	体力や技能を高めているか。 自己の技能の程度を知るとともに、個人的、集団的の技能の習得をめざし、課題をもって自主的、計画的に練習や試合ができていないか。	各種の特性に応じた集団的技術や個人的技術の構造、技能を高めるための練習方法を選択して計画を立てることができるか。
	手 段	・授業中の態度の観察 ・出席状況	・練習や試合中の行動の観察と定期考査	・実技テスト ・個人記録	・定期考査 ・レポート
	各学期や年間の学習状況の 評価方法	・実技種目ごとに実技テストを実施する。出席・態度・意欲を平常点とする。			

学習上の 留意点	<ul style="list-style-type: none"> 実技を中心としているため出席を重視する。 速やかに更衣を行い、授業開始に遅れないようにする。 自分から進んで取り組み、自分のできる精一杯を表現してみよう。また、自分の課題に挑戦しよう。 仲間を大切に、ルールを守ろう。
-------------	---