

体育

教科	科目	単位数	履修年次・選択群	履修区分
体育	スポーツⅢ	2	3年次・I2群	選択

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。	・履修条件は特にない。

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

学 習 の 年 間 計 画	期	月	学習内容 (単元・項目)	学習のねらい
	1 学 期	4月	1 オリエンテーション 2 柔道独特の動きや体づくり運動 ・体ほぐし運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・柔道に対する興味や関心を高める。</li> <li>・柔道独特の動きを習得する。</li> <li>・自分や仲間の体や心の状態に気付く。</li> <li>・体の調子を整え、仲間との交流を豊かにする。</li> <li>・受け身の必要性を理解し、正しい受け身がとれるようにする。</li> <li>・基本姿勢を理解し、様々な技を習得できる基礎を作る。</li> <li>・基本姿勢から技にスムーズに移行できるようにする。</li> <li>・相手の力や体重を利用して、技がうまくかかるように、研究する態度を育てる。</li> </ul>
		5月	3 受け身	
		6月	4 基本動作 5 投げ技	
2 学 期	9月	6 柔道独特の動きや体力作り	<ul style="list-style-type: none"> <li>・柔道独特の動きを習得する。</li> <li>・自分や仲間の体や心の状態に気付く。</li> <li>・体の調子を整え、仲間との交流を豊かにする。</li> <li>・打ち込み練習により投げ技がうまくできるように体の動かし方を研究したり、工夫して実践できるようにする。</li> <li>・連絡技の有効性を理解させ、習得させる。</li> <li>・投げ技だけでなく、立ち技での連絡技の有効性も理解させ、技を習得させる。</li> <li>・基本的な固め技の種類と特徴を理解し、技のかけ方を習得する。</li> </ul>	
	10月	7 投げの打ち込み ・投げ込み ・乱取り		
	11月	8 投げの連絡 9 立ち技連絡		
	12月	10 固め技		
3 学 期	1月	11 寝技の乱取り (寝技のみの試合)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・寝技のみもしくは立ち技と寝技の混合で試合ができるようにさせる。</li> <li>・団体戦や体重別での個人戦で試合を行い、試合の緊張感を体験させ、真剣に行うことの楽しさを知る。</li> </ul>	
	2月	12 試合 (立ち技 寝技 絞め技)		
	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持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。 課題を見付け出し、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目指し、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		・実技テストを実施する。出席・態度・意欲を平常点とする。 ・関心・意欲・態度：実技を6：4の割合で評価する。			

学習上の留意点	・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。
---------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------