

講座名	体育	教科	保健体育	科目	体育
開講学年	3年	履修区分	男女共通	単位数	2
教科書	現代高等保健体育(大修館)				
教材					

1 科目の目標・学習内容

<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動しようとする力を身に付ける。</li> <li>・公正・協力・責任等の態度を身に付け、健康や安全管理について判断できる力を身に付ける。</li> <li>・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題解決を目指して、活動方法を工夫する力を身に付ける。</li> <li>・スポーツの意義や必要性を理解し、生涯にわたるスポーツライフを実現するための知識や方法を身に付ける。</li> </ul>
--

2 学習の到達目標

① 知識・技能	② 思考・判断・表現	③ 主体的に学習に取り組む態度
<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツの特性や運動技能の構造等、基礎的な事項を理解し、知識を身に付けている。</li> <li>・自己の能力に応じて、運動技能を高めている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己やグループの能力と運動の課題解決を目指して、活動方法を工夫している。</li> <li>・自己の体力に応じた運動の合理的な方法を身に付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の楽しさや喜びを味わうために自ら進んで運動しようとする。</li> <li>・公正、協力、責任などの態度が身に付けている。</li> <li>・健康、安全に留意して運動しようとしている。</li> </ul>

3 学習計画

月	単元名	特に培いたい資質能力	学習内容	単元の評価規準			評価方法 【評価規準】
				① 知識・技能	② 思考・判断・表現	③ 主体的に学習に取り組む態度	
4	体づくり運動	主体性 体力 コミュニケーション能力	基礎体力運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動を継続する意義、身体の構造、運動の原則等を理解している。</li> <li>・体力を合理的に高める運動ができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・仲間と学習する場面で、体力の違いに配慮した補助の方法のポイントを見つけることができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくりの学習に主体的に取り組むことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動観察</li> </ul>
5	新体力テスト	体力 挑戦する力	体力診断テスト(8種目)				
5	選択Ⅰ(バレーボール、バドミントン、卓球)	主体性 協調性 思考力 判断力	各種目の技術習得、グループ練習、ゲーム等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人及びグループで合理的な練習方法や審判方法を理解し、知識を身に付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人及びグループの課題に応じて、学習する技や戦術のポイントを把握することができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・球技の学習に主体的に取り組むことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動観察</li> <li>・実技テスト</li> </ul>
6							
7	選択Ⅱ(サッカー、ソフトボール)	主体性 協調性 思考力 判断力	各種目の技術習得、グループ練習、ゲーム等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人及びグループで合理的な練習方法や審判方法を理解し、知識を身に付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人及びグループの課題に応じて、学習する技や戦術のポイントを把握することができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・球技の学習に主体的に取り組むことができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・活動観察</li> <li>・実技テスト</li> </ul>

8	陸上競技 (持久走)	主体性 挑戦する力 持続力	持久走の計測	・体力の高め方について、学習した具体例を挙げることができる。 ・自己のペースを維持して走り、記録向上を目指すことができる。	・自己の課題に応じて、学習する技能の合理的なポイントを見つけることができる。	・陸上競技の学習を主体的に取り組むことができる。	・活動観察 ・タイム計測
9	選択Ⅲ (サッカー、ソフトテニス)	主体性 協調性 思考力 判断力	各種目の技術習得、グループ練習、ゲーム等	・個人及びグループで合理的な練習方法や審判方法を理解し、知識を身に付けている。	・個人及びグループの課題に応じて、学習する技や戦術のポイントを把握することができる。	・球技の学習に主体的に取り組むことができる。	・活動観察 ・実技テスト
10							
11	選択Ⅳ (バスケットボール、バドミントン、卓球)	主体性 協調性 思考力 判断力	各種目の技術習得、グループ練習、ゲーム等	・個人及びグループで合理的な練習方法や審判方法を理解し、知識を身に付けている。	・個人及びグループの課題に応じて、学習する技や戦術のポイントを把握することができる。	・球技の学習に主体的に取り組むことができる。	・活動観察 ・実技テスト
12							
1	体育理論	主体性 思考力 判断力 情報分析力	生涯スポーツの見方・考え方 ライフスタイルに応じたスポーツ	・生涯スポーツ及びスポーツライフスタイルの設計について理解することができる。	・生涯スポーツ及びスポーツライフスタイルの設計について、必要な情報を比較し、考えをまとめることができる。	・生涯スポーツ及びスポーツライフスタイルの設計等に関わる学習に主体的に取り組むことができる。	・活動観察 ・ワークシート

#### 4 評価基準

- ・評価の観点には「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に学習に取り組む態度」の3観点とする。
- ・評価は、実技テスト、各技能等の知識・理解度、学習意欲や態度等を上記の3観点に基づき、総合的に評価する。

#### 5 その他

選択Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ・Ⅳでは自分の能力や興味・関心に応じて各種目を選択し、練習方法や審判方法を工夫しながら、グループ学習を実施します（男女共習）。