

講 座 名	生涯スポーツ	教 科	保健体育	科 目	自由選択Ⅱ
開 講 学 年	3年	履 修 区 分	人文社会 フィールド	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

- ・運動の楽しさや喜びを味わうことができるように自ら進んで運動しようとする力を身に付ける。
- ・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。
- ・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。
- ・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。

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
・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。 ・自己の能力に応じて、運動技能を高めている。	・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。 ・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。	・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。 ・公正、協力、責任などの態度を身に付けている。 ・健康、安全に留意して運動しようとしている。

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	オリエンテーション 基礎体力運動	・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。 ・体力を合理的に高める運動ができる。	・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。	・体づくりの学習に主体的に取り組むことができる。	・活動観察
5	卓球	主体性 思考力 判断力 安全管理能力	個人技能やルール・マナーの遵守等	・合理的な練習方法を理解し、知識を身に付けている。 ・自己に応じた技能を身に付けてプレーすることができる。	・自己の課題に応じて、学習する技のポイントを把握することができる。	・運動に主体的に取り組むことができる。 ・健康・安全を確保することができる。	・活動観察 ・実技テスト
6	バスケット フロアホッケー						
7	バレーボール バドミントン	主体性 思考力 判断力 安全管理能力	個人技能やルール・マナーの遵守等	・合理的な練習方法を理解し、知識を身に付けている。 ・自己に応じた技能を身に付けてプレーすることができる。	・自己の課題に応じて、学習する技のポイントを把握することができる。	・運動に主体的に取り組むことができる。 ・健康・安全を確保することができる。	・活動観察 ・実技テスト
8							

9	陸上	主体性 思考力 判断力	マラソン大会 に向けた持久 走練習	・持久走の面白さや特性 等を理解し、知識を身に 付けている。	・自己の課題を把握 し、目標の設定を行 い、実践することが できる	・持久走に主体的に 取り組むことができ る。	・活動観察 ・実技テスト
10	サッカー 硬式テニス	主体性 協調性 思考力 判断力	個人技能及び 対人で行う技 術	・技の名称や行い方につ いて、学習した具体例を 挙げることができる。	・自己のチームや相 手チームの特徴を踏 まえた作戦や戦術を選 んでいる。	・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
11				・運動観察の方法につい て、理解した発言ができ る。	・健康や安全を確保 するために、体調に 応じて適切な学習方 法を選んでいる。	・健康・安全を確保 することができる ・フェアプレー精神 で自己の責任を果す ことができる	
12	卓球	主体性 思考力 判断力	個人技能やル ール・マナー の遵守等	・合理的な練習方法を理 解し、知識を身に付けて いる。	・自己の課題に 応じて、学習する 技のポイントを把握 することができる。	・運動に主体的に取 り組むことができ る。	・活動観察 ・実技テスト
1		安全管理能 力		・自己に応じた技能を身 に付けてプレーするこ とができる。		・健康・安全を確保 することができる。	

4 評価基準

- ・評価の観点は「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