

単位数	2単位	学科・学年・学級	普通科 3年 A～G組
教科書	「現代高等保健体育」（大修館書店）	副教材等	なし

1 学習の到達目標

- 1 生涯にわたる豊かなスポーツライフを継続することを目指して、一つの領域の学習の時間を十分確保する中で、身に付けた技能や動き等をさらに高めたり、新たに得意技を身に付けたりして、攻防や動きの様相を高めて、記録や技に挑戦したり、ルールを一層正規に近づけるなどして試合をしたり、発表したりできる。
- 2 運動を継続することは、健康の保持増進に役立つとともに、人生を豊かにすることといった運動を継続することの意義などを理解し、取り組むべき課題の解決の過程を示したり、主体的に行う際の仲間との学習の進め方の例など示したりするなど、生徒が練習や試合、発表などに意欲をもって主体的に取り組める。
- 3 運動観察の方法、伝統的な考え方、競技会、試合、発表の仕方などに加え、各領域に応じて技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方の理解をもとに運動の技能を身に付けたり、一層その理解を深めたりすることができる。
- 4 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を発展的にし、多くの運動の中から、自らに適した領域を選択し、卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続するために自らの課題に加えて仲間やチームの課題にも視野を広げるとともに、運動を継続するために必要となる課題を解決することができる。

2 学習の計画

学期	月	単元名	学習項目	学習内容や学習活動	評価の材料等
第1学期	4	体づくり運動	オリエンテーション (男子・女子) 体ほぐしの運動	・「体育」を学習する意義やその内容、評価方法などを理解する。 ・心と体は互いに影響して変化することに気付き、心や体の状態に応じて調子を整えるために運動をしたり、仲間と積極的に交流したりするための運動を行う。	行動観察
	5	球技 器械運動	(男女) サッカー バスケットボール バドミントン テニス	6種目の種目から1種目選択する。 ・各種目の基本技能の習熟を目指す。 ・ゲームを行った後、その反省からチームの課題を設定する。 ・個人やチームの課題を見つけ、克服して技能の向上を目指す。	行動観察 スキルテスト ワークシート分析
	6		卓球 器械運動	・用具の準備、後かたづけ、審判を積極的に行い、生徒自らがゲームの運営を行えるようにする。 ・安全に留意し、フェアプレーに徹したゲームができるようにする。	
	7	球技 器械運動	(男女) ソフトボール バレーボール バドミントン テニス	6種目の種目から1種目選択する。 ・各種目の基本技能の習熟を目指す。 ・ゲームを行った後、その反省からチームの課題を設定する。 ・個人やチームの課題を見つけ、克服して技能の向上を目指す。	行動観察 スキルテスト ワークシート分析
		体づくり運動	(男子・女子) 体ほぐしの運動	・自己だけでなく仲間の心や体の調整ができるような運動をしたり、仲間と協力して課題に挑戦したりするなどの積極的に仲間と交流するための運動を行う。	行動観察
学期	月	単元名	学習項目	学習内容や学習活動	評価の材料等
第2学期	9	陸上競技	(男子・女子) 短距離走	・自己や仲間の記録に挑戦し、基礎体力の向上と精神力を育成する。	行動観察
	10	球技	(男女) サッカー ソフトボール バレーボール バスケットボール テニス 卓球	6種目の種目から1種目選択する。 ・各種目の基本技能の習熟を目指す。 ・ゲームを行った後、その反省からチームの課題を設定する。 ・個人やチームの課題を見つけ、克服して技能の向上を目指す。 ・用具の準備、後かたづけ、審判を積極的に行い、生徒自らがゲームの運営を行えるようにする。 ・安全に留意し、フェアプレーに徹したゲームができるようにする。	行動観察 スキルテスト ワークシート分析

第2学期	11	球技	(男女) サッカー ソフトボール バレーボール バスケットボール テニス 卓球	6 種目の種目から1 種目選択する。 ・各種目の基本技能の習熟を目指す。 ・ゲームを行った後、その反省からチームの課題を設定する。 ・個人やチームの課題を見つけ、克服して技能の向上を目指す。 ・用具の準備、後かたづけ、審判を積極的に行い、生徒自らがゲームの運営を行えるようにする。 ・安全に留意し、フェアプレーに徹したゲームができるようにする。	行動観察 スキルテスト ワークシート分析
	12				
学期	月	単元名	学習項目	学習内容や学習活動	評価の材料等
第3学期	1	体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方	・豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解できるようにする。	行動観察 レポート分析

3 評価の観点

関心・意欲・態度	・自ら進んで計画を立て、主体的に取り組もうとしているか。 ・公正、協力、責任、参画などの社会的態度が身に付いているか。 ・ルールを守り、健康や安全を確保して運動しようとしているか。
思考・判断	・自己や仲間の能力と運動の特性に応じた課題を見つけたしているか。 ・課題の解決を目指して、運動の継続の仕方を考え工夫しているか。 ・個人や社会生活における健康や安全についてよく考え、問題解決のために協調性をもって判断しているか。
運動の技能	・運動の特性に応じて、自己の能力を最大限に発揮し表現しているか。 ・自己の体力や技能を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか。 ・運動の楽しさや喜びを深く味わえるような取り組みをしているか。
知識・理解	・生活における運動の意義や必要性を理解し、具体例を挙げているか。 ・テーマとなる運動の合理的、計画的な行い方を理解し、その知識を身につけているか。 ・個人や社会生活における健康や安全について、課題解決に役立つ効果的な事項を理解し、その知識を身につけているか。

4 評価の方法

各学期の評価は、各運動種目のスキルテストや記録、技能のできれば、個人カードの内容、ゲームの記録、平素の学習活動への参加態度、取り組みへの意欲等を『（3）評価の観点』に基づき、それらを総合して100点法で評価します。 また、評価の学年平均は60±5点を標準としています。 なお、3学期の評価は、年間の学習成績を示しており、各学期の評価を平均し算出されます。 また、欠点（＝赤点）は評価30点未満です。

5 担当者からのメッセージ（確かな学力を身につけるためのアドバイス、授業を受けるにあたって守ってほしい事項など）

確かな学力を身につけるためのアドバイス ・まず、「自ら進んで活動すること」（健康に留意し欠席を極力さけ積極的に授業に参加すること）が肝心です。苦手意識に固執することなく、新たな気持ちで授業に望むことから始めましょう。 ・自分自身はもちろんですが、同じグループの仲間の活動にも目を向け、授業活動や運動技能についての問題点や課題を見つけたし、それらを解決するために向上心をもって努力することが大切です。 ・体育は、基礎的な知識・技能をもとに意欲的に「スポーツを実践する」事が求められます。日頃からのスポーツ実践に心がけましょう。 授業を受けるにあたって守ってほしいこと ・授業はチャイムと同時に始めるので、活動場所への移動は休み時間中に完了しましょう。 ・安全に配慮しながら集中して運動できるよう身だしなみを整えましょう。 (指定の体操服の着用、装飾品・化粧等の禁止など用具の管理や衛生面に注意をはらいましょう) ・集団での取り組みになるので、授業のルールを守り全員でましょう。 ・見学者は授業前に担当者に申し出て指示を受けましょう。 ・貴重品の管理をしっかりとこないましょう。
