

教科・科目				対象生徒	
教科	科目	単位数	履修形態	年度・学年	コース・HR
保健体育	体育	2	必履修	R6・3年	全HR
使用教科書	現代高等保健体育（大修館書店）				
副教材	アクティブスポーツ（総合版）				

1. 科目の目標

(1)	(2)	(3)
運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身につけるようにする。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

2. 学習方法

<p>〈選択制授業〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動・スポーツの基礎基本や安全について学習し、自分にあった種目を選択して活動をする。 ・単元の始めに一斉授業で種目の基礎基本やルールについて学び、その後、グループ学習で主体的・積極的な態度で活動に参加し、仲間と協力をしながら工夫して技能の向上を目指して活動する。
--

3. 科目の評価の観点の趣旨

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身につけている。	自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。

4. 単元の学習計画（単元ごとの評価規準）

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に 学習に取り組む姿勢
体 つ く り	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などについて理解している <p>※「体づくり運動」の体ほぐし運動は、技能の習得・向上をねらいとするものではないこと、実生活に活かす運動の計画は、運動の計画を立てることが主な目的となることから、「技能」の評価基準は設定しない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくりの運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとするなど、合意形成に貢献しようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。
器 械 運 動	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・技の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表の仕方などについて理解している。 <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。 ・跳び箱運動では、切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うことができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・器械運動に主体的に取り組むとともに、良い演技を讃えようとするなど、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどしたり、健康・安全を確保したりしている。
陸 上 競 技	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。 <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに超することができる。 ・やり投げでは、短い助走からやりを前方にまっすぐ投げることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・陸上に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとするなど、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどしたり、健康・安全を確保したりしている。

球技	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などについて理解している。 <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 ・ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 ・ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。
武道	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、課題解決の方法、試合の仕方などについて理解している。 <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・剣道では、相手の動きの変化に応じた基本動作から、得意技を用いて、相手の構えを崩し、素早くしかけたり応じたりするなどの攻防をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・武道に主体的に取り組むとともに、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどしたり、健康・安全を確保したりしている。
ダンス	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、交流や発表の仕方、課題解決の方法、体力の高め方などを理解している。 <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ダンスに主体的に取り組むとともに、互いに共感し高め合おうとすること、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどしたり、健康・安全を確保したりしている。

体育理論	<p>(1) 運動やスポーツの効果的な学習の仕方</p> <p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解している。 <p>※体育理論については「技能」に係る評価の対象がないことから「技能」の評価基準は設定していない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学修に主体的に取り組もうとしている。
	<p>(2) 豊かなスポーツライフの設計の仕方</p> <p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。 <p>※体育理論については「技能」に係る評価の対象がないことから「技能」の評価基準は設定していない。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に主体的に取り組もうとしている。

5. 学習内容

学期	月	学習内容	学習の活動・ねらい	ICT 利活用
1 学 期	4 月	<p>オリエンテーション</p> <p>体づくり運動</p> <p>体育理論</p> <p>新体力テスト</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・1年間の流れを知り、体育授業における決まりや評価の規準について理解する。 ・自分の体力要素について課題を知り、目標と計画を立てる。 	
	5 月	<p>選択1</p> <p>ソフトボール</p> <p>バレーボール</p> <p>ソフトテニス</p>	<p>○オリエンテーション</p> <ul style="list-style-type: none"> ・授業のねらいや活動内容を知る ・授業の流れを知る 	<p>○タブレット・PCを活用する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手本となる動きと自分の動きとの比較を行い、課題を見つけて解決する。 ・自分の動作・表現を
	6 月	<p>卓球</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・個人・グループ活動における取り組み方を学ぶ〈活動〉 	

	7月	体づくり運動	一斉指導 ○基本技能を習得する ・用具の準備・片付け ・準備運動 ・基礎体力の向上 ・技能の向上 ・ルールの理解	確認する ・試合の様子をみて、どのように動かないといけな いかを確認する。
2 学 期	9月	選択2 陸上競技 器械運動	グループ活動 ○練習やゲームを楽しむ ・用具の準備・片付け ・準備運動 ・チームスキルの向上 ・個人及びチームの戦術の向上 ・活動に対する課題意識 ・課題解決への取り組み	○タブレット PC・電子 黒板を利用する。 ・シュートフォームや動 きの確認をおこなう。
	10月	ダンス 体育理論		
	11月	選択3 バスケットボール サッカー		
	12月	ソフトテニス バドミントン 剣道		
3 学 期	1月	体育理論 選択4		○タブレット PC・電子 黒板を利用する。 ・試合の様子をみてイメ ージをつくる。
	2月	バスケットボール サッカー		
	3月	ソフトテニス バドミントン		

6. 教科担当者より

- ・受け身の態度で授業に参加することなく、自ら積極的に活動することを求める。
- ・種目の特性を存分に味わい、楽しさを経験し、その楽しさを仲間と共有して、生涯スポーツへとつなげて欲しい。
- ・時間を守ることや元気な挨拶、体操服の着こなしなどの授業の約束事を守り、スポーツマンシップや社会性を養ってくれることを期待する。