

教科・「科目」	保健体育「体育」	単位数	学習形態	学年	履修学科、必修・選択の別等
		2	座学・実技	2	必修

### 1. 目標と評価規準

目標	・基礎的な運動技能を身につけ、運動する楽しさや喜びを味わえるようにする。・自分の健康に興味や関心を持ち、体力の高め方を身につけながら運動できるようにする。・学び方を身につけ、適切な意志決定、行動選択の重要性と活動の仕方を工夫して運動できるようにする。・自分やグループの課題解決を目指して、教え合い、励まし合いながら運動できるようにする。		
評価の観点と比重	評価規準		評価の方法
関心・意欲・態度 (30%程度)	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。		学習状況 取り組み等
思考・判断 (20%程度)	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、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工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。		取り組み等
運動の技能 (30%程度)	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。		実技等
知識・理解 (20%程度)	選択した運動の技術(技)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、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。		体育理論 自己評価等
使用教材等	教科書(現代高等保健体育)・副読本(ステップアップ高校スポーツ)		

### 2. 年間指導計画

学期	月	単元・教材名	主な学習内容	ICT利活用
1 学期	4	体育理論(2時間) 体づくり運動(4時間)	体育理論(1人間にとって「動く」とは何か 2スポーツの始まりと変遷)、体づくり運動(1体ほぐしの運動 2体力を高める運動)、集団行動、新体力テスト実施	学習用パソコンに提示
	5	体づくり運動(2時間) 武道・球技選択制授業(6時間)	体づくり運動(1体ほぐしの運動 2体力を高める運動)、新体力テスト実施、武道・球技選択制授業(柔道・剣道・バレーボール・バドミントン・卓球・ソフトテニス・ソフトボールから1種目選択、5月上旬～7月)	
	6	球技選択制授業(2時間) 器械運動・陸上競技・水泳・ダンス 選択制授業(6時間)	球技選択制授業(バレーボール・バドミントン・卓球・ソフトテニス・ソフトボールから1種目選択、5月上旬～6月上旬)、器械運動・陸上競技・水泳・ダンス選択制授業(器械運動、陸上競技、水泳、ダンスから1種目選択、6月上旬～7月)	
	7	器械運動・陸上競技・水泳・ダンス 選択制授業(6時間)	器械運動・陸上競技・水泳・ダンス選択制授業(器械運動、陸上競技、水泳、ダンスから1種目選択、6月上旬～7月)	
2 学期	9	体育理論(2時間) 体づくり運動(2時間) 器械運動・陸上競技・ダンス選択制 授業(4時間)	体育理論(3効果的な動きのメカニズム 4技能と体力)、体づくり運動(1体ほぐしの運動 2体力を高める運動)、器械運動・陸上競技・ダンス選択制授業(器械運動・陸上競技・ダンスから1種目選択、9月中旬～11月)	学習用パソコンに提示
	10	器械運動・陸上競技・ダンス選択制 授業(8時間)	器械運動・陸上競技・ダンス選択制授業(器械運動・陸上競技・ダンスから1種目選択、9月中旬～11月)	
	11	器械運動・陸上競技・ダンス選択制 授業(8時間)	器械運動・陸上競技・ダンス選択制授業(器械運動・陸上競技・ダンスから1種目選択、9月中旬～11月)	
	12	体育理論(2時間) 体づくり運動(2時間)	体育理論(5体カトレーニング 6運動やスポーツでの安全の確保)、体づくり運動(1体ほぐしの運動 2体力を高める運動)	
3 学期	1	武道・球技選択制授業(6時間)	武道・球技選択制授業(柔道・剣道・バスケットボール・バドミントン・卓球・ソフトテニス・サッカーから1種目選択、1月～3月)	学習用パソコンに提示
	2	武道・球技選択制授業(6時間)	武道・球技選択制授業(柔道・剣道・バスケットボール・バドミントン・卓球・ソフトテニス・サッカーから1種目選択、1月～3月)	
	3	武道・球技選択制授業(4時間)	武道・球技選択制授業(柔道・剣道・バスケットボール・バドミントン・卓球・ソフトテニス・サッカーから1種目選択、1月～3月)	
備考				