

教科(科目)	保健体育(体育)	単位数	2単位	学年	3年次
使用教科書	大修館書店『現代高等保健体育 改訂版』(体育理論にて使用)				
副教材等	なし				

### 1 グラデュエーション及びカリキュラム・ポリシー

グラデュエーション・ポリシー	<p>～卒業までにこのような資質・能力を育みます～</p> <p>①本校の特色及び取組を生かした高大接続、教育課程の編成、授業改善により基礎学力の向上を図るとともに、さらなるキャリア教育の実践を推進します。</p> <p>②規律ある学校生活の中で基本的な生活習慣を確立し、時代の変化に対応できる能力の向上を図ります。</p> <p>③生徒一人一人の良さや可能性を伸ばし、自立した社会生活を営むことができる力を育てるとともに、生徒の自己実現を図ります。</p>
カリキュラム・ポリシー	<p>～上記の資質・能力を育成するため、このような教育活動を行います～</p> <p>総合学科の本校では多様な科目開設という特徴を生かした教育活動を展開し、「産業社会と人間」を基本として3年間を見通したキャリア教育を充実させます。また、地域と連携した実習や就労体験等、地域の教育資源を活用して教養、人間性及び社会性を育てます。</p> <p>①多様な進路希望に対応する選択科目を設け、資質、能力の育成に相乗的であるように教科等横断的な視点に立った指導であること。</p> <p>②学習の継続性に配慮し、主体的・対話的で深い学びが実践できるような基礎基本を重視した教育課程を編成する。</p> <p>③ICTの活用も含め、生徒個々が自身の進路希望を意識した学習態度の早期醸成と高揚につなげられるものであること。</p> <p>④学校設定科目「キャリア実習」をはじめ、科目の設定にあたり地域産業、地域の人材を生かした授業展開ができること。</p>

### 2 学習目標

<p>体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>(1) 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付けるようにする。</p> <p>(2) 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。</p> <p>(3) 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。</p>
--

### 3 指導の重点

<p>① 各種の運動を自主的・積極的にを行い、体力の向上と運動技能の獲得を目指します。</p> <p>② 体育・スポーツの歴史やルール・審判法等正しいスポーツ文化を理解させます。</p> <p>③ 集団活動や気候、活動内容・活動場所を考えて、体育活動に適した服装を整え、健康・安全・衛生等の自己管理をする能力を育てます。</p>
--

### 4 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
<p>・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付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付けている。</p>	<p>・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。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。</p>	<p>・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。また、健康を大切に、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>

## 5 評価方法

評価方法	各観点における評価方法は次のとおりです。		
	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	「4 評価の観点の趣旨」を踏まえ、 ・授業中の発言・行動観察 ・ゲーム観察 ・スキルテストの確認 ・学習カードや振り返りシートの記述の確認 などから、評価します。	「4 評価の観点の趣旨」を踏まえ、 ・授業中の発言・行動観察 ・ゲーム観察 ・学習カードや振り返りシートの記述の確認 などから、評価します。	「4 評価の観点の趣旨」を踏まえ、 ・授業中の発言・行動観察 ・ゲーム観察 ・学習カードや振り返りシートの記述の確認 などから、評価します。
内容のまとまりごとに、各観点「A：十分満足できる」、「B：おおむね満足できる」、「C：努力を要する」で評価します。 内容のまとまりごとの評価規準は授業で説明します。			

## 6 学習計画

月	単元名	授業時数 と領域	学習活動(指導内容)	時間	評価方法
4	オリエンテーション 体づくり運動	10 A体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育の目的・ねらいを理解する。</li> <li>・体を動かす楽しみや心地よさを味わい、健康の保持増進を図り、運動を行うことができる。</li> </ul>	10	授業中の様子 (発言・行動観察)  学習カード・振り返りシート (記述の確認)
5	陸上競技 長距離走 短距離走 男子：砲丸投げ 女子：走り幅跳	12 B陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> <li>・記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付ける。</li> <li>・長距離走では、自己の身体能力を知り、それに応じた課題の解決を目指して計画的な練習の仕方を学び、持久力向上の仕方を工夫することができるようにする。</li> <li>・短距離走では、スタートからの加速の仕方を身に付け、中間走では高いスピードを維持して速く走ることができる。</li> <li>・走り幅跳では、スピードに乗った助走と力強い踏切りから着地までの動作を滑らかにして跳ぶことができる。</li> <li>・砲丸投げでは、立ち投げなどから砲丸を突き出して投げるができる。</li> </ul>	12	授業中の様子 (発言・行動観察)  スキルテスト (技能の確認)  学習カード・振り返りシート (記述の確認)
6			<ul style="list-style-type: none"> <li>・勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や</li> </ul>		14
7	球技選択① ソフトボール バスケットボール バレーボール	14 C球技	<ul style="list-style-type: none"> <li>・勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や</li> </ul>	14	
8					

9			状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。	(技能の確認)	
10	球技選択② サッカー ソフトテニス バレーボール	14 C球技	・ソフトボールでは、ゲームなどを通して、その種目の楽しさを味わいながら個人やチームの課題を設定し、その解決に向けて取り組み方を工夫することができる。	14	学習カード・振り返りシート (記述の確認)
11			・バスケットボール、サッカーでは、場面に応じたボール操作や、役割に適した行動を瞬時に判断し選択するとともに、局面で変わる攻防を展開するための基礎的な技術を習得する。		
12	球技選択③ バスケットボール バドミントン 卓球	14 C球技	・バレーボールでは、連携プレーや個人の特性の理解、各ポジションの位置や役割を理解し、作戦を立ててゲームを行うことができる。	14	
1			・ソフトテニス、バドミントン、卓球では、基本的な技術を身に付け、ゲームなどを通して、その種目の楽しさを味わいながら個人やペアの課題を設定し、その解決に向けての取り組み方を工夫することができる。		
2	体育理論 運動・スポーツの 学び方	6 D体育理論	運動・スポーツの学び方」を教科書「現代高等保健体育」を使用して講義を行う。	6	授業中の様子 (発言・行動観察)  学習カード・プリント (記述の確認)

計70時間 (50分授業)

※ 領域ごとの授業時数合計

領域ごとの 授業時数合計	A 体づくり運動	B 陸上競技	C 球技選択	D 体育理論
	10時間	12時間	42時間	6時間

※ 増単している場合は、増単した割合に応じた授業時数を確保すること。

7 課題・提出物等

・学習カード、振り返りシートは丁寧に記入し、提出してください。

8 担当者からの一言

・心と体の「健康」には、運動が必要です。卒業後も、自ら運動に取り組むことができるよう、授業では、興味を持って積極的に取り組みましょう。