

教科（科目）	保健体育（体育）	単位数	2単位（半期1単位）	学年（コース）	2～4年次 必履修
使用教科書	現代高等保健体育（大修館書店）				
副教材等	現代高等保健体育ノート（大修館書店）				
<p>・体育Ⅰ、体育Ⅱ、体育Ⅲの未履修生が受講します。 体育Ⅱの未履修、もしくは体育の履修が3単位以上必要な生徒は、体育ⅠⅡⅢ④も履修してください。</p>					

1 学習目標

運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。

2 指導の重点

- ① 時間厳守・整列・挨拶・身だしなみの徹底を目指します。
- ② 毎時間のランニングを行い体力を高めるとともに、健康の保持増進のための実践力を身に付けます。
- ③ 自らが行動する態度を身に付けます。

3 学習計画

月	単元名	授業時数と領域	学習活動（指導内容）	評価の観点	評価方法
4	体づくり運動	8 h ・体ほぐしの運動	体の状態に応じて体の調子を整え、仲間と積極的に交流するための手軽な運動や律動的な運動を行う。また、自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立てて取り組む。	A B C	各観点項目を規準とし授業全体および実技テストなどから総合的に評価する。
5	陸上競技	8 h ・長距離走	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、自分の能力に応じた練習に自主的に取り組む。	A B C	
6	選択Ⅰ 球技 器械運動	8 h ・ネット型（バレーボール/バドミントン） ・マット運動	集団対集団で勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めて、ゲームを展開できるようにする。また、ルールを身に付けマナーを大切に、友情を深めたり連帯感を高めたりする。	A B C	
7	選択Ⅱ 球技 器械運動	8 h ・ネット型（バレーボール/バドミントン） ・マット運動	※選択Ⅰと別の種目を選択すること。	A B C	
9	体育理論	3 h ・運動・スポーツの文化的特徴	・人間にとって「動く」とは何か ・スポーツの始まりと変遷 ・文化としてのスポーツ	A B C	
10	体づくり運動	3 h ・体力を高める運動	体の状態に応じて体の調子を整え、仲間と積極的に交流するための手軽な運動や律動的な運動を行う。また、自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立てて取り組む。	A B C	
11	陸上競技	8 h ・長距離走	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、自分の能力に応じた練習に自主的に取り組む。	A B C	
12	選択Ⅲ 球技 武道ダンス	8 h ・ゴール型（サッカー/バスケットボール） ・剣道、現代リズムのダンス	感じを込めて踊ったり、仲間と自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、リズムの特徴を強調して、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊る。	A B C	
1	選択Ⅳ 球技 武道ダンス	8 h ・ゴール型（サッカー/バスケットボール） ・剣道、現代リズムのダンス	※選択Ⅲと別の種目を選択すること。	A B C	
2	体育理論	3 h ・運動・スポーツの文化的特徴	・オリンピックと国際理解 ・スポーツと経済 ・ドーピングとスポーツ倫理	A B C	

4 課題・提出物等

- ・基本的には男女共修授業を行います（習熟度別で行う場合があります）。
- ・見学者は、見学届に授業内容、感想を記入し提出します。
- ・長期見学者には、レポート作成などの課題が与えられます。授業担当者に相談してください。

5 評価規準と評価方法

評価は次の観点から行う。			
	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
評価の観点	<ul style="list-style-type: none"> ・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ようとしている。 	<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身に付けようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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身に付けようとしている。
評価方法	以上の観点を踏まえ、授業全般および実技テスト、振り返りシートなどから総合的に評価する。	以上の観点を踏まえ、授業全般および実技テスト、振り返りシートなどから総合的に評価する。	以上の観点を踏まえ、授業全般および実技テスト、振り返りシートなどから総合的に評価する。

6 担当者からの一言

基礎体力の向上を目指し、運動強度のやさしいものから徐々に進めていきます。体育実技が苦手な人でも大丈夫です。けがに十分に注意して頑張りましょう。

また、基礎運動技能の練習と競技の実践を行います。運動能力がすべてではありません。大切なことはあきらめず、粘り強く取り組む姿勢と仲間と助け合い協力する態度です。日頃の活動等、観点別項目を基準として学習態度・意欲・出席状況・技術の達成度などを総合的に判断し評価をしていきます。