

学年	3 学年	系列	全系列	教科・科目・単位数	保健体育・体育・2 単位
使用教科書	現代高等保健体育改訂版 (大修館書店)		副教材	なし	

1 科目の目標

心と体を一体として捉え、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てる。
 健康の保持増進のための実践力と体力の向上を図り、明るく豊かな生活を営む態度を育てる。

2 学習について

- (1) 授業形態
一斉展開授業及び種目選択授業
- (2) 学習方法
 - ① 予習・復習の方法
なし
 - ② 授業における学習方法
自己の健康管理に注意し、けが防止対策を万全にする。指定の体育着、シューズを着用すること。貴重品の管理を行うこと。
 - ③ 家庭学習のポイント等
特になし
- (3) 担当者からのアドバイス
健康・安全や運動について理解し、運動を合理的に実践する能力を身に付けてほしい。
また、生涯にわたって運動に親しみ、豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を身に付けてほしい。

3 学習計画

考查	単元名 (学習項目)	学習内容 (ねらい)	時間	評価方法
前期	I 期中間 オリエンテーション1 体づくり運動 3 陸上競技 (50m100m) 6	年間計画の把握 体ほぐし運動	10	記録計測
	I 期末 体育理論 2 陸上競技10 (ハードル/走り幅跳び/円盤投げ)	近代スポーツの変遷 短距離走、種目内選択 (ハードル・走り幅跳び・円盤投げ)	12	レポート 記録計測
	II 期中間 体育理論 2 屋外型球技種目選択14 (ソフトボール/サッカー/テニス)	近代スポーツの課題 発展的技能の習得、ゲーム	16	レポート 実技テスト
後期	II 期末 陸上競技6 体育理論2 屋内型球技種目選択12 (バスケットボール/バレーボール/バドミントン) 体づくり運動4	持久走 (2000m/1200m) これからのスポーツの発展 発展的技能の習得、種目別にゲームを行う	24	記録計測 レポート
	年次末 屋内型球技種目選択10 (バスケットボール/バレーボール/バドミントン) 体づくり運動4	発展的技能の習得、種目別にゲームを行う 体ほぐし運動の応用	14	実技テスト

4 観点別評価

76時間(48分授業)

関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
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持ち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。	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。	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。	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・安全の確保仕方について具体的な方法、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。

5 評価方法

上記の観点を踏まえ実技試験に加え、授業への意欲・関心・態度及び出席状況を含め総合的に判断し評価する。