

教科	保健体育	科目名	体育	単位数	3
学科	全	学年	3 学年	履修区分	必修
使用教科書	なし				
副教材など	なし				

1. 科目の目的

体を動かすことを通して、心と体が一体であることや体力の高まりを実感したり技能を獲得したり課題を解決したりするなどの過程を通して、合理的な運動の行い方や体力の高め方などの知識の重要性を認識させ、動きの獲得や技ができる喜びなどの各領域特有の特性や魅力を深く味わうとともに、公正、協力、責任、参画、共生などの社会的態度を養い、スポーツの文化的価値などに対する理解を深め、現在および将来の実生活や実社会での計画的、継続的に運動やスポーツを実践するための資質・能力を育むことを目的とします。

2. 授業の内容と進め方

本校では、1・2年次に各2単位、3年次に3単位の合計7単位の体育授業を確保し、生涯にわたってスポーツに慣れ親しむとともに健康増進に留意しながら実施しています。特に、本校の伝統となりつつある授業開始時の有酸素運動は常時実施し、生活習慣病の予防や体力・精神力の増強をしています。

3. 学習する上での留意点

- 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うことができるようにすること、運動の多様性や体力の必要性の理解を基に技能を身に付けることを目指す。
- 運動などについての自己や仲間の課題や豊かなスポーツライフを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力を養うとともに、学習したことを基に、解決の仕方や気付いたこと等について自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養うことを目指す。
- 運動における競争や協働の経験を通して、公正、協力、責任、参画、共生などの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保し、運動に主体的に取り組み、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養うことを目指す。

4. 課題等について

体育科においては特に実施しておりません。

5. 成績評価規準(評価の観点及び趣旨)

評価の観点	評価規準
知識・技能	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ことができているかを評価します。
思考・判断・表現	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ことができているかを評価します。
主体的に学習に取り組む態度	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組み、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ことができているかを評価します。

6. 評価の方法

【 知識・技能 】 各運動領域テスト、サーキットトレーニング総合評価

【 思考・判断・表現 】 ノート、プリント、グループ学習、発表等による総合評価

【 主体的に学習に取り組む態度 】 学習授業意欲・態度・協調性、係・審判などの活動、グループ学習等による総合評価

学期	月	学習内容 (単元・考査等)	学習のねらい	評価方法等
一 学 期	4	体育理論 ○スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	【知識・技能】体育理論 ○スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解できるようになる。※【知識のみ】	【知識・技能】 各運動領域テスト、サーキットトレーニング総合評価 【思考・判断・表現】 ノート、プリント、グループ学習、発表等による総合評価 【主体的に学習に取り組む態度】 学習授業意欲・態度・協調性、係・審判などの活動、グループ学習等による総合評価
	5	体づくり運動 ○体ほぐしの運動 ○実生活に生かす運動の計画	【知識・技能】体づくり運動 ○体づくり運動の行い方、体力の構成要素などを理解できるようになる。※【知識のみ】	
	6	球技(領域内選択) 【ゴール型】ラグビー、ハンドボール 【ネット型】バレーボール、バドミントン、卓球 【ベースボール型】ソフトボール	【知識】各領域共通 ○技術(技)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できるようになる。 【技能】 陸上競技(長距離走) ○ペースの変化に対応して走ることができるようになる。	
	7	武道〔柔道・剣道〕(領域内選択) ○基本動作 ○投げ技、固め技 ○しかけ技	武道 ○相手の動きの変化に応じた基本動作や得意技や連絡技・変化技を用いて、素早く相手を崩して投げたり、抑えたり、しかけたり応じたりするなどの攻防ができるようになる。	
	9	体育理論 ○スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	球技《ゴール型》 ○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ようになる。	
	10	体づくり運動 ○体ほぐしの運動 ○実生活に生かす運動の計画	球技《ネット型》 ○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ようになる。	
	11	武道〔柔道・剣道〕(領域内選択) ○基本動作 ○投げ技、固め技 ○しかけ技	球技《ベースボール型》 ○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ようになる。	
二 学 期	12	球技(領域内選択) 【ゴール型】ラグビー、ハンドボール 【ネット型】バレーボール、バドミントン、卓球 【ベースボール型】ソフトボール		
	1	体育理論 ○スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展 体づくり運動 ○体ほぐしの運動 ○実生活に生かす運動の計画 球技(領域内選択) 【ゴール型】ラグビー、ハンドボール 【ネット型】バレーボール、バドミントン、卓球 【ベースボール型】ソフトボール	【思考・判断・表現】各領域共通 ○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できるようになるとともに、それらを他者に伝えることができるようになる。	
	2			
三 学 期	3			