

保健体育科 体育 普通科文系, 普通科理系, 理数科3単位 第3学年(男女)

1 学習の到達目標

- 1 各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図る。
- 2 運動の実践を踏まえ、公正、協力、責任などの態度を身に付け、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を養うようにする。

使用教科書	現代高等保健体育(大修館書店)
-------	-----------------

2 学習計画

月	単元名	学習項目	学習内容や学習活動	評価の材料等
4	A 体づくり運動	体ほぐし運動	体を動かす楽しさを味わうことにより、仲間と交流し、心と体の関わりや体の調子の整え方を理解する。	行動観察
5	H 体育理論	3 豊かなスポーツライフの設計の仕方	生涯にわたる運動の仕方について学習する。	レポート分析 ワークシート 分析
6	E 球技 G ダンス	ア ゴール型 バスケットボール サッカー	球技と武道から1種目を選択します。 各種目の特性を理解し、集団的スキルや個人的スキルを活用して、学習段階に応じた作戦・計画を立て、ゲーム(試合)・表現できるようにする。	行動観察 スキルテスト ワークシート 分析
7		イ ネット型 バレーボール バドミントン	体力や技術の高め方を学ぶとともにルールや大会運営の仕方等の理解を深め、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付けられるようにする。	
8		ウ ベースボール型 ソフトボール		
9		ダンス (3) 現代的なリズムのダンス 種目選択(1種目)		

10	E 球技 G ダンス	ア ゴール型 バスケットボール サッカー	前期と違う種目を選択します。 各種目の特性を理解し、集団的スキルや個人的スキルを活用して、学習段階に応じた作戦・計画を立て、ゲーム（試合）・表現できるようにする。
11		イ ネット型 バレーボール バドミントン	体力や技術の高め方を学ぶとともにルールや大会運営の仕方等の理解を深め、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に着けられるようにする。
12		ウ ベースボール型 ソフトボール ダンス (3) 現代的なリズムのダンス 種目選択(1種目)	
1	C 陸上競技	ア 長距離走	自己のスキル・体力に合わせたペースに応じて走ったり、記録に挑戦したりして、自己の課題を克服する資質や態度を育てる。

3 評価の観点

関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> 健康や安全に留意し、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら進んで運動しようとしている。 公正・協力、責任などの態度が身についている。
思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> 自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ出している。 課題の解決をめざし、運動の合理的な実践の仕方を工夫している。
技能	<ul style="list-style-type: none"> 自己の能力や体力、スキルを高め、運動の特性に応じた合理的な実践の仕方を身に着けている。
知識・理解	<ul style="list-style-type: none"> 運動の意義や必要性及び運動の合理的な実践の仕方を理解し、身に着けている。 健康、安全について、課題解決に役立つ基本的な事項を身に着けている。

4 評価の方法

<p>関心・意欲・態度、思考・判断、技能、知識・理解の4つの観点に基づき、総合的に評価する。各種目とも、スキルテストや学習カード、ワークシート等から評価する。</p>

5 担当者からのメッセージ

<p>安全で楽しく、はじめをもって授業に取り組みましょう。また、各種目の基本的なスキルをしっかりと身に付け、お互いに協力して取り組みながら、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を養っていきましょう。</p>

よう。