

教科名	保健体育	科目名	体育	(3単位)
使用教科書	最新保健体育(大修館)	副教材等	アクティブスポーツ総合版	

### 1 科目のねらい(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する。また、自己の状況に応じて積極的に体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、安全への留意などの態度を高め、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 科目・授業の内容と進め方

前期(男女別やクラスごとに授業を展開)

- ・体づくり運動
- ・陸上(疾走、走高跳、砲丸投)
- ・水泳またはダンス

後期(2クラス合併で、球技・剣道の中から2つのコースを選択し授業を展開)

- ・バレーボール、卓球またはバドミントンから1種目選択
- ・ソフトボールまたはサッカーから1種目選択
- ・剣道は選択者のみを対象とする
- ・陸上(長距離走)
- ・体育理論を合計5回実施(各月1回)し、学年末考査を実施

### 3 学習の方法

- ・前期までの半年間は、男女別やクラスごとで授業を展開します。後期は球技または剣道を選択し、コースごとに学習します。
- ・3年間のまとめとして記録会や試合中心の展開が多く、安全に配慮し、協力して運営できる態度を学びます。
- ・原則として男女共習です。男女混合でグループを形成することもあります。
- ・体育理論を9月から月1回クラス単位で実施し、学年末にテストを行います。

### 4 課題・補習について

- ・欠課時数が規定を超える生徒に対して状況に応じて実施します。

情報処理科・経営管理科 3年A・B・C・D組

教科名	保健体育	科目名	体育 (3単位)
-----	------	-----	----------

5 年間の学習計画 (1)

月	単元名	教材	学習の内容	評価方法 (課題等)
4	OR		・年間計画、概要説明	
	体づくり運動	体力を高める運動	・自己の体力や生活に応じて、体力を高める運動を工夫し、実践する。	行動観察 自己評価
5	陸上	走 (100m) 跳 (走高跳) 投 (砲丸投)	・走・跳・投の特性を理解し、学習意欲を高める。 ・自己の能力に応じて運動の技能を高め、記録の向上をはかれるようにする。 ・安全に配慮し、皆が協力して記録会が運営できるようにする。	行動観察 自己評価 記録会
6				
7	水泳/ダンス	・バックまたはバタフライ ・クロール ・平泳ぎ (25m) ・創作ダンス (現代的なリズムのダンス)	〈水泳〉 ・水泳の特性を理解し、自己の能力に応じて技能を高め、速く泳いだり、続けて長く泳いだりできるようにする。 〈ダンス〉 ・自己の能力に応じた課題を持ち、グループで協力して練習し、発表する。	行動観察 自己評価 記録会  発表会 (ダンス)
8				
9	選択Ⅰ 球技 (外) 球技 (内) /剣道	①ソフトボールまたはサッカー ②バレーボール バドミントンまたは卓球 ③剣道	・それぞれの球技の特性を理解し、グループや個人の課題解決をめざした授業が展開できるようにする。 ・自己の興味や適正に応じて種目を選択する。 〈剣道〉 ・自己の能力に応じて、合理的な実践を工夫し技能を習得する。 ・チームや個人の役割を理解し協力しあい、場所の安全に配慮した練習を行う。	行動観察 グループ評価 試合観察  行動観察 自己評価 (剣道)
10				
11				
12	陸上 (長距離走)	・時間走 ・記録会 男子: 4 km 女子: 3 km	・自ら課題を設定し、その達成に向けて主体的に取り組める姿勢をつくる。	行動観察 自己評価 記録会
1	選択Ⅱ 球技 (外) 球技 (内)  ※体育理論	①ソフトボールまたはサッカー ②バドミントンまたは卓球  ※9~1月の間、月1回	・それぞれの球技の特性を理解し、グループや個人の課題解決をめざした授業が展開できるようにする。 ・自己の能力に応じて、合理的な実践を工夫し技能を習得する。 ・チームや個人の役割を理解し協力しあい、場所の安全に配慮した練習を行う。	行動観察 グループ評価 試合観察
2				

年間の学習計画（２）体育理論について

月	単元名	教材	学習の内容	評価方法	
9	体育理論	生涯スポーツの見方・考え方	自由時間活用の観点からスポーツの重要性を理解し、各ライフステージに広がるスポーツ活動の特徴を知る。	行動観察 挙手・発言 ノート確認	
10		ライフスタイルに応じたスポーツ	豊かなスポーツライフを実現するために何が大切かを説明できる。	行動観察 挙手・発言 ノート確認	
11			自分にあったスポーツライフを設計する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認	
12		日本のスポーツ振興	国や地方自治体がおこなっているスポーツ振興の施策を知る。 総合型地域スポーツクラブとはどのようなものか理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認	
1		スポーツと環境	スポーツ参加が増えると環境にどんな影響があるのかを理解し、スポーツ場面で環境を保護するために私たちができることを考える。	行動観察 挙手・発言 ノート確認	
2					学年末考査