

教科(科目)	保健体育 (体育)	単位数	3単位	学年(コース)	2年次必履修体育
使用教科書	「現代高等保健体育」(大修館)				
副教材等	なし				

1 学習目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身につけるようにする。
- (2) 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思索し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- (3) 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

2 指導の重点

- (1) 運動を通しての心身の成長を図り、自らが率先して運動に取り組む能力を身につけさせる。
- (2) 集団行動を通じ礼節やマナーを身につけさせ、安全に配慮して活動させる。
- (3) 仲間と積極的にコミュニケーションをとりながら、楽しい活動ができることを目指す。

3 評価の観点の趣旨

a 知識・技能	b 思考・判断・表現	c 主体的に学習に取り組む態度
運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解するとともに、目的に応じた技能を身につけている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身につけようとしている。	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しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えようとしている。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取り組もうとしている。

4 評価方法

	評価は次の観点から行います。		
	a 知識・技能	b 思考・判断・表現	c 主体的に学習に取り組む態度
評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツテストや実技テスト等の記録の分析 ・授業中の取り組みの状況 ・レポートなど提出物の内容の確認 などから評価します。	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツテストや実技テスト等の記録の分析 ・授業中の取り組みの状況 ・レポートなど提出物の内容の確認 などから評価します。	<ul style="list-style-type: none"> ・授業中の取り組みの状況 ・レポートなど提出物の内容の確認 などから評価します。
	各観点「A：十分満足できる」、「B：おおむね満足できる」、「C：努力を要する」で評価します。 授業中の取り組みの状況とは、記録の確認、技能の観察、知識・思考・判断・表現の確認などを行います。 レポートとは、ワークシートやプリントなどに加え、実技見学における見学用紙、ならびにGoogleClassroomでのレポート提出などを含みます。		

5 学習計画

月	単元名	教材名	学習活動(指導内容)	時間	評価の観点と評価方法
4	・オリエンテーション	プリント	・授業における心構えや注意事項の説明 ・年間計画の説明	1	
5	体づくり運動 ・集団行動 ・体づくり運動 ・スポーツテスト ・学校体操	「現代高等体育 (大修館)」	・運動の楽しさや達成感を味わうとともに、運動に親しんでいく基盤となる活動 ・伝統ある学校体操の習得 ・グループで、大きな動き、大きな声で学校体操を行う	1 6	実技記録の分析 授業中の取り組みの観察 個人カードの記述の分析 a, b, c
6	〔陸上競技〕 ・短距離走 ・中距離走 ・投擲 (円盤投)		・走る、跳ぶなどの基本動作や基本技術の習得 ・記録向上の喜びや競争の楽しさを味わうことができるようになる ・最後まで粘り強く走りきる心を養う	1 3	実技記録の分析 授業中の取り組みの観察 個人カードの記述の分析 a, b, c
7	〔選択Ⅰ〕 ・バレーボール ・ソフトボール ・ソフトテニス		・基本技術の習得 ・チームメイトと連携をとりながらゲームを進められるようになる ・積極的にボールやプレイ1つ1つに関わることができるようになる ・スポーツの歴史、文化的特徴や現代のスポーツの特徴について理解できるようにする。	1 3	実技記録の分析 授業中の取り組みの観察 個人カードの記述の分析 a, b, c
8	・柔道				
9	陸上競技 ・長距離走			・最後まで粘り強く走りきる心を養う ・個々の能力に応じた目標設定と達成に向けた取り組み	1 0
10	〔選択Ⅱ期〕 ・サッカー ・バスケットボール ・器械運動 ・卓球	・基本技術の習得 ・チームメイトと連携をとりながらゲームを進められるようになる ・基礎技能を身につけ、発展的な運動へつなげられるようになる ・積極的にボールやプレイ1つ1つに関わることができるようになる	1 5	実技記録の分析 授業中の取り組みの観察 個人カードの記述の分析 a, b, c	

11	[選択Ⅲ期] ・サッカー ・器械運動 ・バドミントン ・柔道	・基本技術の習得 ・チームメイトと連携をとりながらゲームを進められるようになる ・基礎技能を身につけ、発展的な運動へつなげられるようになる	15	実技記録の分析 授業中の取り組みの観察 個人カードの記述の分析 a, b, c
12		・礼法を身につけ、基本知識、基本動作の習得を目指す		実技記録の分析
1	[選択Ⅳ期] ・バレーボール ・バスケットボール ・バドミントン ・卓球	・基本技術の習得 ・チームメイトと連携をとりながらゲームを進められるようになる ・基礎技能を身につけ、発展的な運動へつなげられるようになる ・積極的にボールやプレイ1つ1つに関わることができるようになる	15	実技記録の分析 授業中の取り組みの観察 個人カードの記述の分析 a, b, c

2	〔体育理論〕				
	1 スポーツにおける 技能と体力		・技能と体力の関係について説明できる。 ・技能や体力を高めるときに気をつけるべき点をあげることができる。	7	授業中の取り組みの確認 ワークシート等の記述内容の 確認 考査 a, b, c
	2 スポーツにおける 技術と戦術		・技能の型の違いやそれぞれの練習のしかたを説明できる。 ・用具の改良やメディアの発達などによる技術や戦術, ルールの変化を説明できる。		授業中の取り組みの確認 ワークシート等の記述内容の 確認 考査 a, b, c
	3 技能の上達過程と 練習		・技能がどのようなステップを経て上達するか説明できる。 ・練習によって技能が上達すると, どのような特徴がみられるかをあげることができる。		授業中の取り組みの確認 ワークシート等の記述内容の 確認 考査 a, b, c
	4 効果的な動きのメ カニズム		・体の動きはどのようなしくみで開始され, 持続していくのか説明できる。 ・よい動きを支える調整力について例をあげて説明できる。		授業中の取り組みの確認 ワークシート等の記述内容の 確認 考査 a, b, c
	5 体力トレーニング		・目的に応じたさまざまなトレーニングの方法を説明できる。 ・筋力, 持久力, 調整力, 柔軟性を高める具体的な方法をあげることができる。		授業中の取り組みの確認 ワークシート等の記述内容の 確認 考査 a, b, c
6 運動やスポーツで の安全の確保		・スポーツ外傷とスポーツ障害の違いを説明できる。 ・スポーツ活動中に起きる重大な事故をあげ, その発生原因と予防方法を説明できる。		授業中の取り組みの確認 ワークシート等の記述内容の 確認 考査 a, b, c	

計 105 時間 (50 分授業)

6 課題・提出物等

- ・怪我や病気等の理由で、やむを得ず長期の見学をした場合や実技が出来ない場合には、課題提出や筆記試験等を行います。
- ・体育理論は、授業内で考査を行う場合があります。

7 担当者からの一言

1年間の体育授業を通じ礼儀作法や、時間やルールを守る態度を育て、爽やかな雰囲気の中で楽しく心と体を鍛えましょう。また、運動の基礎・基本を学ぶことで、個人として生涯にわたって運動に親しむ基盤をつくり、集団競技の中でも自分の果たすべき役割を理解し、実践できる力を身につけましょう。

(担当：志田 亮太)