

体育

使用教科書・副教材	単位数	学年・学級・学科・選択名等
ステップアップ高校スポーツ2013 (大修館書店) 最新高等 保健体育 (大修館書店)	3	1年1, 2組

1 学習の到達目標

学習の到達目標	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し、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、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 学習計画

学期	月	単元の学習内容	時数	単元のねらい	評価の観点				評価方法
					①	②	③	④	
前期	4	0 オリエンテーション	1	0 学習の進め方を確認する。	○				・観察
		1 体づくり運動 (1) 体ほぐし運動 (2) 体力を高めるための運動 (3) 新スポーツテスト	8	(1) 心と体は互いに影響し変化することに気づき、体の状態に応じて体の調子を整え、仲間と積極的に交流するための手軽な運動や律動的な運動を行う。 (2) 自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立て取り組む。 (3) 自己の体力の把握し、自己の課題を認識する。	○	○	○	○	・観察
	5	2 器械運動 (1) マット運動	12	(1) 回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行う。条件を変えた技、発展技を滑らかにを行い、それらを構成し演技する。	○	○	○	○	・観察 ・スキルテスト ・学習カード
	6	3 球技 I (1) ソフトボール	12	(1) 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展開する。	○	○	○	○	・観察 ・スキルテスト ・ペーパーテスト
	7								
	8	4 陸上競技 (1) 100m走 (2) 長距離走	12	(1) スタートブロックを活用する。中間走の高いスピードを維持して速く走る。 (2) ペースの変化に対応するなどして走る。	○	○	○	○	・観察 ・記録会
後期	10	5 球技 II (1) バドミントン	12	(1) 状況に応じたボール操作と連携した動きに	○	○	○	○	・観察 ・スキルテスト
	11	(2) 卓球	12	(2) よって空間を作り出すなどの攻防を展開す					・ペーパーテスト
	12	(3) バレーボール	15	(3) る。					
	1	6 自然との関わりの深いスポーツ	13	(1) 自然との関わりの中で、安定した用具の操作 (2) で巧みに斜面を滑走する。	○		○		・観察 ・スキルテスト
	2	(1) スキー (2) スノーボード							
	3	7 体育理論 (1) 社会の変化とスポーツ	8	(1) スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について理解する。	○	○		○	・観察 ・ペーパーテスト

3 評価等について

項 目	①関心・意欲・態度	②思考・判断	③技 能	④知識・理解
内 容	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もち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組む。	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の取り組み方を工夫する。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する。	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・安全の確保の仕方についての具体的な方法、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する。
割 合	40%(点)	10%(点)	40%(点)	10%(点)

評価について

評価	評価点
10	4.8 ~ 5.0
9	4.5 ~ 4.7
8	4.0 ~ 4.4
7	3.5 ~ 3.9
6	3.1 ~ 3.4
5	2.7 ~ 3.0
4	2.4 ~ 2.6
3	2.0 ~ 2.3
2	1.6 ~ 1.9
1	1.0 ~ 1.5

学年末評定について

評価	評価点
5.0	4.5 ~ 5.0
4.0	3.5 ~ 4.4
3.0	2.4 ~ 3.4
2.0	1.6 ~ 2.3
1.0	1.0 ~ 1.5

4 履修にあたっての注意事項

- (1) オリエンテーションで確認することを厳守すること。
- (2) 自他の安全を最優先して活動すること。
- (3) 毎時間の授業を大切に、実技へ積極的に参加すること。
- (4) 自分勝手に行動せず、教員の指示に従うこと。

※ 注意事項を守れない場合、実技の参加を認められない場合があり、未履修となることがあるので注意すること。