

教科(科目)	保健体育 (体育)	単位数	3単位	学年	2学年
使用教科書	大修館書店『新高等保健体育』				
副教材等	大修館書店『図説新高等保健』				

1 学習目標

体育の見方・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、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

(1)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ようにする。

(2)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。

(3)運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、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。

2 指導の重点

①知識、技能の習得に向けて

各領域の「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」などの知識の理解をもとに運動の技能を身に付けたり、運動の技能を身に付けることで一層その理解を深めたりするなど、知識と技能を関連させて学習する。

②思考力、判断力、表現力の育成に向けて

体の動かし方や運動の行い方に関する思考・判断、体力や健康・安全に関する思考・判断、運動実践につながる態度に関する思考・判断、生涯スポーツの設計に関する思考・判断に加え、卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続するために、自らの課題に加えて仲間やチームの課題にも視野を広げるとともに、運動を継続するために必要となる課題の解決に重点を置く。

③学びに向かう力の涵養に向けて

運動の楽しさや喜びを深く味わい、学習に対する主体的な取り組みを促すことによって、学校の教育活動全体に運動を積極的に取り入れ、卒業後においても、実生活、実社会の中などで継続的なスポーツライフを営むことができるようにする。

3 評価の観点の趣旨

知識・技能	思考・判断・表現	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しているとともに、それらの技能を身に付けている。	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身に付けている。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、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身に付けようとしている。

4 評価規準と評価方法

	評価は次の観点から行います。		
	知識・技能 a	思考・判断・表現 b	主体的に学習に取り組む態度 c
評価方法	以上の観点を踏まえ、 ・技能テスト ・授業中の観察 ・電子レポートの内容の確認 などから、総合的に評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・授業中の観察 ・電子レポートの内容の確認 などから、総合的に評価します。	以上の観点を踏まえ、 ・出席の状況 ・授業中の観察 ・電子レポートの内容の確認 などから、総合的に評価します。

5 学習計画

月	単元名	時数	教材名	学習活動(指導内容)	評価の観点	評価方法
4	体づくり運動	1 9	オリエンテーション 体ほぐしの運動 向陵体操 新体力テスト	・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はかるための運動に取り組む。	c	授業中の観察
5						
6	陸上競技	1 2	ハードル走 持久走 体操テスト	・自己の能力に応じて技能を高め、記録を高めたりできるようにする。	abc	電子レポートの内容確認 授業中の観察 タイム計測・実技テスト
7	選択1期	1 0	サッカー (男子) テニス (女子)	・チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。	abc	
7 8 9	体育理論	6	スポーツにおける技術と戦術・戦略 スポーツにおける技能と体力 技能の上達過程と練習の考え方 効果的な動きのメカニズム 体力トレーニング 運動やスポーツでの危険予知と安全確保	・クローズドスキルとオープンスキルの違いやそれぞれの練習の仕方を理解できる ・用具の改良やメディアの発達などによる技術や戦術、ルールの変化を理解できる。 ・技能と体力の関係について理解できる。 ・技能や体力を高める時に気をつけるべき点を挙げることができる。 ・技能がどのような段階を経て上達するのか理解できる。 ・練習方法の工夫の仕方について理解できる。 ・体の動きはどのような仕組みで開始され、持続していくのか理解できる。 ・よい動きを支える調整力について例を挙げて説明できる。 ・体力とトレーニングの基礎理論について理解できる。	abc	電子レポートの内容確認 授業中の観察 確認テスト

9				<ul style="list-style-type: none"> ・目的に応じた様々なトレーニングの方法を理解できる。 ・スポーツ外傷とスポーツ障害の違いを理解できる。 ・スポーツ活動中に起きる重大な事故を挙げ、その発生要因と予防方法を理解できる。 		
10	選択1期	7	サッカー (男子) テニス (女子)	・チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。	abc	授業中の観察 電子レポート の内容確認 技能テスト
	選択2期	17	バレーボール バドミントン	・チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。	abc	
11	選択3期	17	バスケットボール 卓球	・チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。	abc	
	12					
1	選択4期	17	バスケットボール バレーボール バドミントン 卓球 ※希望の多い3種目		abc	
2						
3						

計96時間 (55分授業)

6 課題・提出物等

・教材によって、レポート提出を求めることがあります。

7 担当者からの一言

「生きる力」の一つである「自分で課題を発見し、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、行動し、よりよく課題を解決する能力」が育まれることを期待します。また、毎時間実施する、向陵体操、補強運動を通じ、基礎体力の向上に励みましょう。