

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2 単位	学年	2 学年
学科	全学科	コース		教科書	新高等保健体育（大修館書店）		
副教材							
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・能力を育成する。						

		学習内容	学習活動・学習のねらい	評価の観点			備考					
				知技	思考表	主体						
1学期	4月	1 体づくり運動	・自分の体力の実態を知るため、新体力テストに取り組んでいる。 ・手軽な運動や律動的な運動などを行い、体ほぐし運動のねらいや行い方を理解している。 ・各種の体力を高める運動を行い、体力の向上に取り組んでいる。	◎	○	○						
	5月	2 選択制授業Ⅰ（下記より、1 種目選択）	・ゲームや練習の時に、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を立て攻守について考えようとしている。 ・柔道を通じてわが国固有の文化としての武道を理解している。 ・筋力や瞬発力のほか、持久力や調整力など総合的な体力が高まっている。	◎	○	○						
	6月	(1) ソフトボール (2) バレーボール (3) ソフトテニス (4) 卓球 (5) バドミントン (6) 柔道										
	7月	3 体育理論 (1) スポーツにおける技術と戦術・戦略 (2) スポーツにおける技術と体力						・クローズドスキルとオープンスキルの違いを理解している。 ・技能と体力の関係について理解している。		◎	○	
	2学期	8月	4 体づくり運動	・運動会各種目の練習や準備を通して、進んで規則を守り、互いに協力して責任を果たす態度を養い、日頃の学習の成果を学校内外に発表し、表現している。	◎	○		○				
9月												
10月		5 選択制授業Ⅱ（下記より、1 種目選択）	・ゲームや練習の時に、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を立て攻守について考えようとしている。 ・柔道を通じてわが国固有の文化としての武道を理解している。 ・筋力や瞬発力のほか、持久力や調整力など総合的な体力が高まっている。	◎	○	○						
11月		(1) サッカー (2) バasketボール (3) ソフトテニス (4) 卓球 (5) バドミントン (6) ハンドボール (7) 柔道 (11月からトレーニング走を実施)										
12月		6 体育理論 (3) 技能の上達過程と練習の考え方 (4) 効果的な動きのメカニズム					・技能がどのような段階を経て上達するのか理解している。 ・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している。			◎	○	
3学期		1月	7 選択制授業Ⅲ（下記より、1 種目選択）	・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技能をたかめることができるように取り組んでいる。 ・技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい自己に適した技を高めて、演技することができるように取り組んでいる。 ・現代的なリズムのダンスでは、感情を込めて踊ったり仲間と自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わい、特有の表現や踊りを高めて交流や発表ができるように取り組んでいる。	◎	○	○					
		2月								8 体育理論 (5) 体力トレーニング (6) 運動やスポーツでの危険予知と安全確保	・体力とトレーニングの基礎理論について理解している。 ・スポーツ活動中に起きる重大な事故を挙げ、その発生原因と予防方法を理解している。	
	3月	9 選択制授業Ⅱ							・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、運動を行い、技能を高めることに取り組んでいる。	◎	○	○

※ 評価の観点欄は、重点的に評価する項目に◎、評価する項目に○を記入している。

評価方法	・全種目とも、スキルテスト及びグループ別授業活動記録を用いて総合的に評価する。 ・平常の取組（授業態度、意欲等）についても評価する。
------	---