科目名	体育【保健体育】	履修学年	第３学年（女子）
		履修形態	必修
		履修単位	３単位
使用教科書（出版社）	最新高等保健体育（大修館書店）		
使用教材（出版社）	独自プリント等		

学習の目標

各種の運動の合理的な実践を通して、運動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とともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。

教科担当者から

体育の授業は、安全かつ活気あるものでなければなりません。体育の授業に対する積極性と、目標達成のための努力を求めます。また、体育の授業の中では、運動の得意不得意にかかわらず、努力することで、達成感や上達したときの喜びを味わうことができる場面が多々あります。何ができるかだけではなく、１時間１時間の授業の中で何を頑張ったのかを評価します。仲間と教え合い、協力し合い、充実した体育の授業をともに作り上げましょう。

評価の観点・方法・割合

観点	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解	
規準	種目の特性を理解しようと、意欲的に活動しているか。	自分の能力に応じた課題を設定し、その解決を目指して練習を工夫しているか。	運動の楽しさや喜びを味わい、技能や体力は高められたか。	効果的な練習方法、ルールや審判法の知識を理解しているか。	
方法	※　◎は観点の中でより重視するところです。				
観察	◎	○	○	◎	
実技試験		○	◎	○	
割合	20%	10%	50%	20%	

評価の基準　※ 満点を100点としたとき

5	4	3	2	1
１００点～８５点程度	８４点～６５点程度	６４点～３５点程度	３４点～２１点程度	２０点程度未満

学習内容

学期	月	単元名／学習内容	学習のねらい	評価の観点 関	思	技	知		時間
前期	4	体育理論	○　集団行動、隊列を乱さず集団行動できるようにする。体力トレーニングの意義について理解を深め、体力を高める運動を、目的に応じて活用できるようにする。			○	○		10
	5	体つくり運動	○　体ほぐしの運動と体力を高める運動を通して運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにする。		○	○			8
	5,6	球技（バレーボール）	○　サーブ・パス・レシーブ・トス・スパイクなどの個人技能を身に付ける。また、試合の進め方などを理解し、試合を運営することができる。			○	○		8
	6	陸上競技（短距離、跳躍、投てき）	○　自己の能力に応じて運動の技能を高め、競技したり、記録を高めたりすることができるようにする。		○	○			10
	7	ダンス	○　リズムの特徴をとらえ、変化とまとまりをつけてリズムにのって全身で踊る。		○	○			8
	7,8	選択　男女共習 ・ソフトボール ・卓球	○　基本的な技能を用いて試合を行う中で、生涯にわたって運動に親しむ態度を身に付ける。また互いを尊重し合い、協力し合いながら授業を展開する。			○			8
	9	球技（バドミントン） スポーツ大会	○　各フライトを理解するとともに、ラリーの中で打ち分けられるようにする。簡易ゲームができるようにする。 ○　自分達でチームを構成し、作戦を話し合う（言語活動）。			○	○		8
後期	10	陸上競技（長距離走） 強歩遠足	○　自己の能力に応じて仲間と励まし合いながら運動の技能を高め、目標達成ができるようにする。	○		○			10
	10,11	体育理論	○　体つくり運動や体力トレーニングの意義について理解を深め、体力を高めようとする意識を高める。興味を持った内容のレポートを作成し、研究発表を実施する。（言語活動）			○	○		6
	11,12	器械運動	○　自己の能力に応じて技を選択、習得し、演技を発表できるようにする。		○	○			8
	1	球技（バスケットボール）	○　パス、キャッチ、ドリブル、シュートなどの個人技能を身に付ける。			○	○		6
									90