

科目	体育	単位数	3	履修学年・クラス（講座）	1年商業科・普通科
使用教科書	現代高等保健体育（大修館書店・保体701）				
補助教材等	現代高等保健体育ノートまたは授業担当者が作成したプリント及び資料				

1 学習の到達目標

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 学習方法等（授業担当者からのメッセージ）

○運動が得意・不得意、できる・できないではなく、運動そのものの楽しさや喜びを学べるように、日々の授業に取り組んでください。
 ○個人競技の運動に関しては、なぜできないのか？どうしたら上手になれるのか？といった、自らの課題にしっかりと向き合い考えながら取り組んでください。その際に、教員からのアドバイスや助言を真摯に受け止め、取り組んでください。
 ○チーム競技の運動に関しても、上手になったり勝てるようになったりするためには、個人課題のみならずチーム課題も解決していく必要があります。そこで、積極的に仲間同士で考えたことを伝えあったり話し合ったりしていき、チーム全体で技能を身に付けていけるように取り組んでいきましょう。

3 学習評価

評価の観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
科目ごとの評価の観点の趣旨	・運動の技術の名称や行い方、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を理解している。	・個人やチームの課題を発見し、適切な課題設定ができています。 ・課題解決をする際に、授業を通して学んだ知識や技能を活用することができる。 ・チームをよりよくしていくために、考えたことを発表したり表現したりしている。	・仲間と積極的に関わろうとしている。 ・意欲的に取り組もうとしている。
主な評価方法	・技能テスト	・チーム内での話し合い、作戦を立てたりする課題解決の場面を設定し、観察において評価する	・日常の授業へ取り組む姿勢 ・出欠状況

4 学習及び評価計画

※評価の観点：(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

月	単元	時数	学習内容	評価規準
4 5 6	体づくり運動 球技 ・ベースボール型 ・ネット型	4 26	・新体力テスト ・自分の運動能力や体力を理解する。 ・個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わう。 ・作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する。 ・攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。	・体力テストの内容及び行い方を理解している。(a) ・安全に配慮して取り組むことができている(a) ・自分の記録を超えようと挑戦している。(b)(c) ・基本的な練習や試合の仕方を理解している。(a) ・バット操作とボール操作、連携した守備などによって攻防をする。(a) ・役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をしている。(a) ・攻防などの自己やチームの課題を発見し、運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。(b) ・球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事互いに助け合い教え合おうとしている。(c)
7 8 9 10	水泳・体育理論 陸上競技（長距離走・ロード） 球技	16 14 30	・クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライなどの基本的な泳法を身に付け、続けて長く泳いだり、速く泳いだり、競い合ったりする楽しさや喜びを味わう ・体育理論は2単元「運動・スポーツの学び方」 ・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方を理解する。 ・自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムの短縮に向けて挑戦する。	【水泳】 ・基本的な泳法や安全面への配慮を理解している。(a) ・泳法などの自己や仲間の課題を発見し、解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。(b) 【体育理論】 ・運動やスポーツの学び方についての知識を正しく習得している(a) ・自分の能力や生活に応じた運動の仕方を考えることができる(b) ・自らの運動能力を高めるための知識得ることへの積極性がみられる(c) ・記録向上のため、自らやや高いペースを設定して走ったり、仲間のペースの変化に応じて走ったりする。(a)© ・記録向上のため、自らやや高いペースを設定して走ったり、仲間のペースの変化に応じて走ったりする。(a)(c) ・基本的な練習や試合の仕方を理解してい

11	<ul style="list-style-type: none"> ・ ネット型 ・ ゴール型 		<ul style="list-style-type: none"> ・ 個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わう。 ・ 作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する。 ・ 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> る。(a) ・ 役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をしている。(a) ・ 攻防などの自己やチームの課題を発見し、運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。(b) ・ 球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、作戦などについての話合いに貢献しようとする事互いに助け合い教え合おうとしている。(c)
12	<p>球技</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ ネット型 ・ ゴール型 	15	<ul style="list-style-type: none"> ・ 個人やチームの能力に応じた作戦を立て、集団対集団、個人対個人で勝敗を競うことに楽しさや喜びを味わう。 ・ 作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する。 ・ 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 基本的な練習や試合の仕方を理解している。(a) ・ 役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をしている。(a) ・ 攻防などの自己やチームの課題を発見し、運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。(b) ・ 球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、作戦などについての話合いに貢献しようとする事互いに助け合い教え合おうとしている(c)