

令和 5 年度		3 学年	商業/普通 科		
教科名	保健体育	科目名	体育		
		担当者			
1. 学習目標					
自主的、主体的に運動に取り組み、生涯スポーツに親しむ資質や能力を育成する。					
2. 使用教材等					
・教科書名 現代高等保健体育					
・副教材名 現代高等保健体育ノート					
3. 学習項目（学習内容）					
学期	月	単元	学 習 内 容	時間数	考査
1	4	オリエンテーション 体づくり運動 体力テスト	体育授業の心得 筋力を高める運動 握力/長座体前屈/上体起こし/反復横跳び/立ち幅跳び/50m走/シャトルラン/ハンドボール投げ	17	
	5				
	6				
2	7	球技	サッカー/バドミントン/バレーボール/卓球/ソフトボール/バスケットボール	18	
	8	水泳 体力を高める運動 体育理論	クロール/平泳ぎ/背泳ぎ/バタフライ/個人メドレー 持久走 豊かなスポーツライフの設計	20	
	9				
	10				
11	球技	サッカー/バドミントン/バレーボール/卓球/ソフトボール/バスケットボール	20		
12					
3	1	球技	サッカー/バドミントン/バレーボール/卓球/ソフトボール/バスケットボール	30	
	2				
	3				
4. 評価の観点					
①関心・意欲・態度	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。				
②思考・判断・表現	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や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。				
③技能	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。				
④知識・理解	運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するための理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。				
5. 評価の方法					
・授業態度： 日常の授業へ取り組む姿勢を評価する。出欠状況等で評価する。					
・実技テスト： 基本的技能の定着度を評価する。					
6. 学習にあたっての注意とアドバイス					
<ul style="list-style-type: none"> ・指定の体育着やシューズの準備を徹底し、体育受講に適した服装で授業に取り組むこと。 ・体調管理に努め、怪我等に気を付けて学習に取り組むこと。 ・怪我等で活動に参加できない場合は教科担当に申し出ること。 ・用具の準備や片付け等に協力して授業を進めていくよう取り組みましょう。 					