

履修学年	1 学年	学科・コース	普通科・理数科	単位数	3 単位														
教科書	現代高校保健体育（大修館）	授業形態	2 クラス 2 展開、1 クラス 2 展開（男女別、または男女共修）																
担当者	紺野 淳（男子） 渡會 雅明、安達 公裕（女子）																		
1. 学習の目標		2. 学習の進め方・留意点		3. 評価の観点・函中コンピテンシー															
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つけるようにする。 ②生涯にわたって運動を豊かに継続するために課題を発見し、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、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。		＜進め方＞ ①3年間を見通した計画のもと、主体的に学び、活動する能力を養い、自ら体力を向上させる。 ②各運動種目の基本的、および発展的な知識や技能を身につけ、運動に親しむ態度を養う ③年間4回の選択制授業を行うなかで、課題解決の方法を深め、思考・判断力を身につける。 ＜留意点＞ ①授業時の服装は、学校指定のジャージを着用する。（見学者も同様とする） ②運動靴は、上靴は白色、外靴は運動に適した紐付きの物を各自用意する。 ③始業前に活動場所に集合し、授業用具の準備・片付け等を率先して行う。			知識・技能	思考・判断表現	主体的な態度												
				傾聴力		○													
				思考力	○	○	○												
				協働力	○	○	○												
				先見力		○	○												
				おもな評価の場面	スキルテスト	授業観察ワークシート	授業観察ワークシート												
4 評価・評定																			
<table><tr><td>達成度</td><td>評価・評定</td></tr><tr><td>特に高い程度に達成</td><td>5</td></tr><tr><td>高い程度に達成</td><td>4</td></tr><tr><td>おおむね達成</td><td>3</td></tr><tr><td>やや不十分</td><td>2</td></tr><tr><td>不十分</td><td>1</td></tr></table>		達成度	評価・評定	特に高い程度に達成	5	高い程度に達成	4	おおむね達成	3	やや不十分	2	不十分	1	5段階で評価します。 ・1・2年生・・・前期末考査後に「評価」、学年末に1年間の「評定」がつきます。 ・3年生・・・定期考査後に「仮評定」、学年末に1年間の「評定」がつきます。 (体育実技は定期考査は実施しない) ＊評定が1の場合、単位の修得は認められません。 ＊観点別評価はA、B、Cの3段階で評価します。					
達成度	評価・評定																		
特に高い程度に達成	5																		
高い程度に達成	4																		
おおむね達成	3																		
やや不十分	2																		
不十分	1																		

5. 授業計画と評価規準

月	領域・種目	時間	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
4	○体づくり運動 （新体力テストを含む）	9	・体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方や実生活への取り入れ方などを理解することができる。	・体力の向上を図るための継続的な運動のしかたについて課題を発見し、解決に向けて取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを表現することができる。	・心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気づき、体づくり運動に主体的に取り組むとともに、仲間と積極的に関わり合おうとしている。
5	○陸上競技 ・短距離走 ・長距離走 （新体力テストを含む）	6	・短距離走では中間走の高いスピードを維持して走ること、長距離走では体力に応じた安定したペースで走ることができる。	・自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを表現することができる。	・陸上競技に主体的に取り組むとともに、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。
6	○選択Ⅰ 球技1：サッカー 球技2：テニス 球技3：ソフトボール 武道：柔道	13	・球技：各技術の名称や行い方を理解し、練習やゲームを通して身につけることができる。 ・柔道：受け身、技の名称や行い方を理解し、見取り稽古などを通して身につけること、および攻防が展開できる。	・球技：状況に応じたボール操作や連携した動きによってゲームを展開することができる。チームや自己の課題を発見し、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表現することができる。 ・柔道：自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組みを工夫するとともに、	・球技：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し、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・柔道：柔道に主体的に取り組むととに、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方や一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。
7	希望調査により、上記種目から男女別に各1種目を設定する				
8	○水泳（6月4週目より）	9	・水泳：平泳ぎの正しい泳法を理	て取り組みを工夫するとともに、	

9	※選択Ⅰと水泳は、男女ごと隔週で実施する		解し、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。	自己や仲間の考えたことを表現することができる。 ・水泳：効率を高めて泳ぐための課題を発見し、合理的な解決に向けて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表現することができる。	・水泳：水泳に主体的に取り組むとともに、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。
	○体育理論 「スポーツの発祥と発展」	4	・スポーツの意義や歴史、文化的特徴、およびスポーツを取り巻くさまざまな問題について理解することができる。	・現代スポーツを取り巻くさまざまな問題について課題を発見し、よりよい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表現することができる。	・スポーツの意義や歴史、文化的特徴、およびスポーツを取り巻くさまざまな問題についての学習に主体的に取り組んでいる。

10	○選択Ⅱ 器械運動：マット運動 ダンス：現代的なリズムのダンス 上記種目から、男女共修でどちらかを選択する	1 1	・マット運動：回転系、技巧系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと、およびそれらを構成し演技することができる。 ・ダンス：リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりをつけて仲間と対応したりして踊ることができる。	・マット運動：自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを表現することができる。 ・ダンス：自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを表現することができる。	・マット運動：マット運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・ダンス：ダンスに主体的に取り組むとともに、互いに共感し高め合おうとし、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとしている。
	○選択Ⅲ 球技１：バスケットボール 球技２：卓球 武道：柔道 希望調査により、上記種目から男女共修で２種目を設定する	1 3	・球技：各技術の名称や行い方を理解し、練習やゲームを通して身につけることができる。 ・柔道：受け身、技の名称や行い方を理解し、見取り稽古などを通して身につけること、および攻防が展開できる。	・球技：状況に応じたボール操作や連携した動きによってゲームを展開することができる。チームや自己の課題を発見し、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表現することができる。 ・柔道：自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを表現することができる。	・球技：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し、互いに助け合い高め合おうとしている ・柔道：柔道に主体的に取り組むとともに、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方や一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。
1	○選択Ⅳ 器械運動：マット運動 球技１：バレーボール 球技２：バドミントン ダンス：現代的なリズムのダンス 希望調査により、上記種目から男女共修で２種目を設定する	1 6	・マット運動：回転系、技巧系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと、およびそれらを構成し演技することができる。 ・球技：各技術の名称や行い方を理解し、練習やゲームを通して身につけることができる。 ・ダンス：リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりをつけて仲間と対応したりして踊ることができる。	・マット運動：自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを表現することができる。 ・球技：状況に応じたボール（羽）操作や連携した動きによってゲームを展開することができる。チームや自己の課題を発見し、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表現することができる。 ・ダンス：自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組みを工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを表現することができる。	・マット運動：マット運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・球技：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し、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・ダンス：ダンスに主体的に取り組むとともに、互いに共感し高め合おうとし、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとしている。
2					
3					
		8 1			