

1 この科目の構成について (改行は Alt + Enter)

教科	保健体育	科目	体育男子	単位	一貫・C : 2単位 B・A : 3単位
対象コース	一貫・C・B・A	コース	対象クラス	1年	1～4組
使用教科書	なし				
使用副教材	なし				

2 この科目の目標・学習内容・学習方法について (改行は Alt + Enter)

<p>学習目標：この科目を学習して何を身につけてほしいのか</p> <p>各種運動の基本動作の習得と運動技能の向上を図る。また、安全と事故防止に注意し、お互いに協力し合って練習・競技・ゲーム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、生涯にわたって運動に親しむ基礎をつくる。</p>
<p>学習内容：この科目で学習する大まかな内容</p> <p>(1) 集団行動 (2) 体づくり運動 (A, 体ほぐしの運動 B, 体力を高める運動) (3) 新体カテスト (4) 体操 (5) 球技 ①バスケットボール ②バレーボール ③ソフトボール ④サッカー ⑤テニス ⑥バドミントン (6) 柔道 (7) 体育理論</p>
<p>学習方法：この科目を学校と家庭でどのように学習すればよいのか</p> <p>(1) 学校 平素から健康に留意し、体調を整え、運動ができる状態を保っておきましょう。・仲間と協力して体を動かすことで、運動技能の習得、体力の向上を目指しましょう。・安全に運動するために、先生の指示を良く聞き機敏に行動するように心がけましょう。</p> <p>(2) 家庭 各競技における大会に関心を示し、マスメディアを活用することでよりハイレベルな技能を自分なりに取り入れてください。</p>




3 この科目の評価方法について (改行は Alt + Enter)

<p>評価方法：何を使って評価するのか</p> <p>○行動観察・・・毎時間の行動を観察します。怠けて動かなかったり、服装などのルール違反は平常点評価が減点されます。</p> <p>○実技試験・・・単元ごとに実技の試験が実施され実技点として評価します。</p> <p>○授業参加・・・出席点として評価します。1年間の評定は、実技試験、平常点を参考に総合的に判断して決定します。</p>
<p>評価における定期考査の割合</p> <p>50 %</p>

4 この科目の評価の観点について (改行は Alt + Enter)

<p>評価の観点：この科目の学習内容はどのような基準で評価されるのか</p> <p>(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に運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしているか。・個人生活や社会生活における健康、安全について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとしているか。</p> <p>(2) 思考・判断 ・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や体力を高めるための運動の合理的な行い方や計画的な仕方を考え、工夫しているか。・個人生活や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か。</p> <p>(3) 技能・表現 ・自己の能力と運動の特性に応じた技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか。</p> <p>(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や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を理解しているか。・個人生活や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か。</p>

5 この科目の学習計画について (改行は Alt + Enter)

年間学習計画：この科目でいつ・何を・どのように学ぶのか				重視する評価の観点				CHECK
学期	月	学習の項目	学習の内容	関	思	技	知	○△×
1	4	 <p>・オリエンテーション</p>	<p>・活動目標・年間計画を知り、授業の進め方を理解します。</p>					
		 <p>・集団行動</p> <p>1 気をつけ、礼 2 方向変換 3 集合整列整頓 4 列の増減、開列 5 行進</p>	<p>・集団行動の主な行動様式を身に付けます。 ・集団の約束や決まりを守って行動します。 ・機敏・的確に行動します。 ・互いに協力して自己責任を果たします。 ・リーダーの指示に従って行動します。 ・安全に留意して行動できるようにします。</p>	○	○	○	○	
		 <p>・体づくり運動</p> <p>1 腕立て伏せ 10回 2 腹筋 10回 3 背筋 10回 4 馬跳び 10回 5 縄跳び 6 柔軟運動</p>	<p>・体づくり運動に対する関心や意欲を持って互いに協力して運動します。また、健康や安全に留意して運動します。 ・自分の体力や生活に応じて、体力を合理的に高めるための運動ができるようにします。 ・体ほぐし運動の必要性や運動の行い方、心身への構成の仕方を理解し、知識を身につけます。</p>	○	○	○	○	
		<p>通年で実施します。 ※道徳教育を行います。</p>						
	5	<p>・新体カテスト</p> <p>1 握力 2 立ち幅跳び 3 上体起こし 4 長座体前屈 5 反復横跳び 6 シャトルラン 7 ハンドボール投げ 8 50m走</p>	<p>自分の体力・運動能力の現状を確かめるために実施するものです。 ・体力測定に意欲的に取り組み、すすんで測定してください。 ・測定の方法や測定の仕方を理解してください。 ・測定の結果を踏まえて、自己の能力を高めるよう努力してください。</p>	○	○	○	○	
		<p>結果は評価の対象となります。</p>						
	6	<p>・バスケットボール</p> <p>1 シュート 2 パス 3 ドリブル 4 ゲーム</p>	<p>・ドリブル、レイアップシュート、セットシュート等、バスケットの基本技術を身につけます。 ・ゲームによって各技能の確認をします。 ・実技試験を行います。</p>	○	○	○	○	
	7	<p>・ソフトボール</p> <p>1 スロー&キャッチ 2 バッティング 3 ピッチング 4 ゲーム</p>	<p>・オーバースロー、サイドスローの技能を身につけます。 ・1対1でキャッチボールをしながらゴロ、フライの捕球を練習します。 ・スタンダードモーションでピッチングの練習をします。 ・ゲームによって各技能の確認をします。・実技試験を行います。</p>	○	○	○	○	
2	8	<p>・サッカー</p> <p>1 ドリブル 2 パス 3 シュート 4 ゲーム</p>	<p>ゲーム中心に行い、ドリブル、キック、シュートなどの基本技術を身に着けさせるとともにゲームの進行や審判法についても学びます。</p>	○	○	○	○	

年間学習計画：この科目でいつ・何を・どのように学ぶのか				重視する評価の観点				CHECK
学期	月	学習の項目	学習の内容	関	思	技	知	○△×
3	9	<ul style="list-style-type: none"> ・ テニス 1 ストローク 2 サーブ 3 レシーブ 4 ゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 状況に合わせたグリップを使い分け、ラリーが続けられるようにストロークを安定させます。 ・ 相手が打ちやすいところを狙ってラリーを楽しみます。簡易ゲームで戦略を確認します。 	○	○	○	○	
	10	<ul style="list-style-type: none"> ・ バレーボール 1 パス 2 レシーブ 3 アタック 4 ゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・ オーバーハンドパス、アンダーハンドパスの技術を身につけます。 ・ セッターとのコミュニケーションをとり、スパイクを打ちます。 ・ オーバー、アンダー、フローターのサーブの技術を身につけます。 ・ 実技試験を行います。 	○	○	○	○	
	12	<ul style="list-style-type: none"> ・ 柔道 1 受け身 2 八方の崩し 3 投げ技（崩し技） 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 柔道の特性に触れ安全に練習できるようにします。 ・ 相手の動きに応じた基本動作の習得（崩し、体さばき、受け身）し工房を展開できるようにします。 	○	○	○	○	
	1 2 3	<ul style="list-style-type: none"> ・ バドミントン 1 グリップ 2 ストローク 3 ヘアピン 4 クリアー 5 スマッシュ 6 ゲーム 	<ul style="list-style-type: none"> ・ イースタングリップ、リストスタンド、サムアップを身につけ、動きの中で合った握り方を選択できるようにします。 ・ 展開の中でスペースを考えながらフライトの選択をし確実にシャトルをとらえる技能を身につけます。 ・ シングルのゲームを行います。・実技試験を行います。 	○	○	○	○	