

1 この科目の構成について

教 科	保健体育科	科 目	体育	単 位	3単位
対象コース	全コース	対象クラス	2年1～8組（女子）		
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

学 習 目 標	—この科目を学習して何を身に付けてほしいのか—
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。	
学 習 内 容	—この科目で学習する大まかな内容—
(1) 集団行動 (2) 体づくり運動 ①体ほぐしの運動 (3) 体カテスト (4) 球技 ①テニス ②ソフトボール ③バスケットボール ④バレーボール ⑤バドミントン (5) ダンス（現代的リズムダンス） (6) 体育理論	
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いいのか—
(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。 (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。	

3 この科目の評価方法について

評 価 方 法	—何を使って評価するのか—
1年間の評定は、出席状況、授業への取り組み姿勢、実技テスト等を総合的に判断して評価します。	
評価における定期考査の割合	
50%	

4 この科目の評価の観点について

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—
(1) 関心・意欲・態度 ・自ら進んで運動を実践し、運動の楽しさを味わおうとしているか。 ・正しい服装で健康、安全に留意して運動しようとしているか。 (2) 思考・判断 ・自己の運動能力と特性に応じた課題解決を目指して、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。 (3) 技能・表現 ・自己の運動能力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。 (4) 知識・理解 ・生活における運動の意義や必要性及び運動の特性と合理的な行い方を理解し、知識を身につけている。 ・教義や審判法を理解し知識を身につけているか。	

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			
期	月	学 習 の 項 目		学 習 の 内 容				関	思	技	知
1 学 期	4 5	・オリエンテーション		・活動目標・年間計画を知り、授業の進め方を理解する。 道徳教育を実施				●			
		・集団行動 1 姿勢 2 方向転換 3 集合、整とん、番号、解散 4 列の増減 5 開列 6 行進 7 礼 ・体づくり運動 1 腕立て伏せ 10 回 2 腹筋 10 回 3 背筋 10 回 4 柔軟運動 5 縄跳び、大縄跳び ・新体力テスト 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 ※新体力テストの結果を計算し、評価の参考にします。		・集団行動の主な行動様式を身に付ける。 ・集団の約束や決まりを守って行動する。 ・機敏・的確に行動する。 ・互いに協力して自己責任を果たす。 ・リーダーの指示に従って行動する。 ・安全に留意して行動できるようにする。 ・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する。また、健康や安全に留意して運動する。 ・自分の体力や生活に応じて、体ほぐしの行い方と体力の高め方を工夫できるようにする。 ・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する。 ・体ほぐし運動の必要性や運動の行い方、心身への公正の仕方を理解し、知識を身に付ける。 - 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。 ・体力測定に意欲的に取り組み、進んで測定する。 ・測定の方法や測定の仕方を理解する。 ・測定の結果を踏まえて、自己の能力を高めるように努力する。				●	●		●
2 学 期	5	・バドミントン 1 ラケットの握り方 2 サービス 3 ストローク 4 スマッシュ 5 簡易ゲーム		・ウエスタングリップ、リストスタンド、サムアップを身に付け、動きの中で合った握り方を選択できるようにする。 ・6種類のストロークを身に付ける。 ・グリップの握り方、ストロークを身に付けたら、ラリーを続けられるよう努力する。 ・シングルスゲームを実施 b。 ・実技試験を実施。				●	●	●	●
	6 7	・テニス 1 ラケットの握り方 2 サービス 3 ストローク 4 簡易ゲーム		・ウエスタングリップ、イースタングリップ、コンチネンタルグリップを身に付け、動きの中で合った握り方を選択できるようにする。 ・サービスの基本技術を身に付け、サービスコートに入れられるようにする。 ・球出し練習で、グランドストロークを身に付ける。 ・ダブルスでのゲームをする。 ・実技試験を実施。				●	●	●	●
	8 9										
	10	・ソフトボール 1 ピッチング 2 バッティング 3 ゲーム		・正しいグラブの使い方キャッチングをできるようにする。 ・スタンダードモーションでピッチングの練習をする。 ・トスされたボールに対し、バットコントロールと打つポイントを身に付ける。 ・実技試験を実施。				●	●	●	●

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			
期	月	学 習 の 項 目			学 習 の 内 容			関	思	技	知	
3 学 期	11	・サッカー 1 ドリブル 2 シュート 3 ゲーム			・インサイド、アウトサイドなど、場面にに応じて自在にドリブルができるようにします。 ・正確なシュートができるようにします。 ・ゲームによって、個人技能や、集団による技能戦術を高めるようにします。 ・ゲームに必要な審判や係の仕事を覚え、自分たちでゲームを運営できるようにします。 ・実技試験を行います。			●	●	●	●	
	12											
	1	・バレーボール 1 パス 2 トス 3 スパイク 4 サーブ 5 ゲーム			・オーバーハンドパス、アンダーハンドパスの連続できる技能を身に付ける。 ・個人で直上トスを練習したあと、コート内でコンビネーションを取りながらトスの技能を身に付ける。 ・セッターとのコミュニケーションを取り、スパイクを打つ。 ・オーバー、アンダー、フローターの技術を身に付ける。 ・リーグ戦のゲームを実施。			●	●	●	●	
	2	・現代的リズムのダンス 1 ボックス 2 サイドステップ 3 スライド 4 スマーフ 5 創作ダンス			・基本的なステップを身に付ける。 ・軽快なリズムに合わせて前進を弾ませステップを踏み、リズムを捉えて軽快に踊る。 ・1 曲分のダンスを考え、発表する。			●	●	●	●	
3	・バスケットボール 1 シュート 2 パス 3 ドリブル 4 ディフェンス (マンツーマン、ゾーン) 5 ゲーム			・レイアップシュート、セットシュート、ジャンプシュートの技能を身に付ける。 ・2 対 1、2 対 2 で核技術の応用・補足練習をし、技能を身に付ける。 ・ディフェンス（マンツーマン、ゾーン）の違いを理解し、技能を身に付ける。 ・実技試験を実施。			●	●	●	●		