

教科	保健体育	科目	体育	学年	第3学年	講座	
単位数	3 単位	教科書	現代高等保健体育改訂版（大修館書店）				
副教材	アクティブスポーツ【総合版】（大修館書店）						
学習目標	健康・安全や運動についての理解を深める。 運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を継続できる資質と能力を育てる。						
		学習計画及び内容					考査
1 学 期	4月	【体づくり運動】 体ほぐしの運動 実生活に生かす運動の計画	<ul style="list-style-type: none"> ・手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することを理解する。 ・健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画について理解する。 				授業態度 課題レポート 課題テスト
	5月	【球技】 バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> ・ボール操作と空間を作りだす動きによってゴール前への侵入などから攻防することを理解する。 				
	6月	バレーボール 【体育理論】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの	<ul style="list-style-type: none"> ・役割に応じたボール操作や連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることを理解する。 ・スポーツは、人類の歴史とともに始まり、その理念が時代に応じて多様に変容してきていることを理解する。 				
	7月	特徴 【ダンス】 フォークダンス（道具踊り）	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツは、国際大会を通して、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしてきたことを理解する。 				
	8月	【体づくり運動】 体ほぐしの運動 実生活に生かす運動の計画	<ul style="list-style-type: none"> ・踊り方の特徴を捉え、音楽に合わせて特徴的なステップや動きで踊ることを理解する。 ・手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することを理解する。 				
	9月	【球技】 サッカー	<ul style="list-style-type: none"> ・健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画について理解する。 				
	10月	卓球 【体育理論】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの特	<ul style="list-style-type: none"> ・役割に応じたボール操作や連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることを理解する。 ・スポーツ産業が経済の中で大きな影響を及ぼしていることを理解する。 				
	11月	特徴 【体づくり運動】 体ほぐしの運動 実生活に生かす運動の計画	<ul style="list-style-type: none"> ・自己に適したペースを維持して走ることで結果として体力を高めることができることを理解する。 				
	12月	【球技】 バドミントン	<ul style="list-style-type: none"> ・手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することを理解する。 ・役割に応じたボール操作や連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることを理解する。 				
	1月	【体育理論】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの特	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツを行う際は、多様性への理解や持続可能な社会の実現に寄与する責任ある行動が求められることを理解する。 				
	2月	特徴					
	3月						
学習の方法	<p>予習 アクティブスポーツを読み、各競技の歴史や特徴、ルール等について理解する。</p> <p>授業 毎時間授業の始めに、体操（中島体操）、補強運動、集団走を行い体力の向上を図る。各種目においては、一斉指導によりルールや基本的な技術を学習し、グループ別学習等において個々の能力に応じた練習を行い、更なる技能の習得を目指す。</p>						
評価の観点	関心・意欲・態度	思考・判断・表現	技能	知識・理解			
	進んで運動に取り組んでいるか。ルールを守り、仲間と協力できているかを評価する。	よい動きを見つけたり、簡単な作戦を立てたりするなど、自己やチームの課題解決に向けた取り組みができてきているかを評価する。	基本的な動きや技能を習得しているか。さらに、それらを発展させることができているかを評価する。	習得すべき基本的な知識や運動に対する概念が身に付いているかを評価する。			
備考	定期考査は行わず、各学期末に実技テスト（基本的な技術）を実施する。期末考査（保健）時には体育理論の問題を含め、評価する。						