

科目	体育	学年・類型	1年 普通科・国際文理科・商業科	単位数	2
教科書	「現代高等保健体育」(大修館書店)				
副教材等	「現代高等保健体育ノート」(大修館書店)				
学習目標	1 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを体験します。 2 自己の体力の向上を図る能力を育て公正、協力、責任、参画などの意欲を高めます。 3 健康・安全を確保して生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てます。				
学習心得	1 学校指定の体操服・運動靴を着用しましょう。 2 授業はチャイムと同時に始められるように準備しましょう。 3 見学者は、前もって授業担当者に申し出て指示を受けましょう。 4 貴重品の管理をしっかりと行いましょう。 5 健康・安全に留意しましょう。				
	単元	主な学習活動			
一学期	1 オリエンテーション 2 集団行動 3 体づくり運動 4 武道(剣道、柔道) ダンス ・球技(ソフトボール、テニス、バドミントン、バレーボール、卓球) 5 体育理論	<ul style="list-style-type: none"> ・「体育」学習の意義や内容、評価の方法を理解します。 ・運動を適切に行うための、集団行動の意義や行い方を理解します。 ・自分の体力の実態を知るため、体力テストをします。 ・手軽な運動や律動的な運動などを行い、体ほぐしの運動のねらいや行い方を理解します。 ・各種の体力の高める運動を行い、体力の向上を図ります。 ・試合や練習において、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を立てて攻めたり守ったりします。 ・スポーツの歴史を理解したり、運動の効果的な学習の仕方や豊かなスポーツライフの設計の仕方を学んだりします。 			
二学期	1 体づくり運動(運動会) 2 武道(剣道、柔道) ダンス ・球技(ソフトボール、テニス、バドミントン、バレーボール、卓球、サッカー) 3 体育理論	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目の練習や準備を通して、グループの中で互いに協力して責任を果たす態度を養い、日頃の学習の成果を学校内外に発表する。 ・武道を通じてわが国固有の文化を理解します。筋力や瞬発力のほか、持久力や調整力など総合的な体力を高めます。 ・創作ダンスは特性を理解し、自己の能力に応じた課題をもって、いろいろなテーマによる即興表現を工夫したり気に入ったテーマを作品にまとめたりして、みんなで楽しく交流し発表できるようにします。 ・球技は試合や練習において、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を立てて攻めたり守ったりします。 ・スポーツの歴史を理解したり、運動の効果的な学習の仕方や豊かなスポーツライフの設計の仕方を学んだりします。 			
三学期	1 陸上競技(中長距離走) 2 体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・自己に適したペースで走ることができるようにします。また自己記録が更新できるようにします。 ・手軽な運動や律動的な運動などを行い、体ほぐしの運動のねらいや行い方を理解します。 			

評 価 の 観 点 及 び 内 容		評 価 方 法
知識・技能	運動の合理的、計画的な実践を通し、運動の多様性や体力の必要性を理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルテスト ・授業中の活動への取組 ・体育理論レポート ・体育理論単元テスト
思考・判断・表現	個や集団の運動に対する課題を発見したり、合理的、計画的な解決に向けて思考、判断したりするとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークシート ・授業中の発表内容、態度
主体的に学習に取り組む態度	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、参画する、一人ひとりの違いを大切にしようとしている。	<ul style="list-style-type: none"> ・授業に取り組む態度 ・ワークシート