

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"> <li>「体育」学習の意義や内容、評価の方法を理解します。</li> <li>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。</li> <li>自分の体力の実態を知るため、新体力テストをします。</li> <li>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。</li> <li>各種の体力の高める運動を行い、体力の向上を図ります。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>			
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、バスケットボール、卓球、サッカー） 3 体育理論	<ul style="list-style-type: none"> <li>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します。</li> <li>武道を通じて我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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>			
三学期	1 陸上競技（中長距離走） 2 体づくり運動 3 体育理論	<ul style="list-style-type: none"> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>			

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"> <li>スキルテスト</li> <li>体育理論レポート</li> <li>観察</li> </ul>
思考・判断・表現	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"> <li>ワークシート</li> <li>観察</li> </ul>
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、一人一人の違いを大切にしようとしているとともに、健康・安全を確保している。	<ul style="list-style-type: none"> <li>ワークシート</li> <li>観察</li> </ul>

