

科目名	履修学年	単位数	教科書	副教材等
生涯スポーツ (選択)	3	3	なし	なし
到達目標 体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、主体的、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、健やかな心身の育成に資するとともに、生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与する資質・能力を育成することを旨とする。				

評価の観点	評価の内容
a 学びに向かう力 人間性等	スポーツの楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、意欲的に活動しようとする。スポーツを楽しむ上でのコミュニケーションや役割分担を果たしている。
b 思考・判断・表現	課題の解決を目指して、スポーツの合理的な行い方や計画的な活動の仕方を考え、工夫している。
c 運動の技能	自己の能力と各種の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付けている。
d 知識	スポーツがもたらす社会的・身体的意義を理解している。また、スポーツのルールや合理的な行い方を理解し、知識を身に付けている。
評価の方法 小テスト、課題等の提出状況、学習活動への取組などの総合評価となります。	

年間指導計画													
前期						後期							
月	予定 時数	学習内容	評価の観点				月	予定 時数	学習内容	評価の観点			
			a	b	c	d				a	b	c	d
4	10	・オリエンテーション ・体づくり運動	○			○	10	35	スポーツ実践③ ・バドミントン ・ミニバレーボール ・バレーボール ・ウェイトトレーニング ・コオディネーショントレーニ ング ・小中学校との交流	○	○	○	○
5	15	スポーツ実践① ・現代生活とスポーツ ・運動技能のしくみとそのとら え方	○	○	○	○	11						
6		・運動技能の上達 ・運動技能を高める練習のしか た					12						
7		・運動の計画的な学び方 ・選択制授業のすすめ方 ・各スポーツのルール					1	15	スポーツ実践④ ・体ほぐしの考え方 ・体力トレーニングの目的 ・トレーニングプログラムの作 成	○	○	○	○
8		・グループエンカウンター ・長縄跳び					2		・目的別に見た体力トレーニン グの方法①② ・運動によるけが・病気の予防 ・各スポーツのルール ・生活習慣病 ・栄養学				
9	30	スポーツ実践② ・ソフトボール ・サッカー ・卓球 ・パークゴルフ ・ニュースポーツ ・長距離走 ・トーナメントについて ・ドローの作り方 ・リーグ戦の仕組み	○	○	○	○	3						
							計	105					

※原則として一つの単位ですべての観点について評価するが、特に重点的に評価を行う観点について○をつけている。

履修上および学習上の留意事項 ・礼節を重んじ、相手を尊重し、態度良く、謙虚な姿勢で意欲的に取り組むこと。 ・実技の際は必ず、体育用指定ジャージ・白無地Tシャツ・運動靴を用意する。理論の際は保健教科書・ノート持参すること。 ・迅速な集団行動を心掛ける。 ・実技の際は指定の服装に着替え、教室・体育館・格技場・グラウンド等、講義・各種目に応じた授業場所で行う。 ・体育理論に関心を持ち、意欲的・積極的に学習に取り組む。
