

教科 科目名	保健体育科	学年・科目群	1学年・必修	体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、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、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。
	体育	単位数(年間授業時数)	3単位(105時間)	

学習目標 ～科目で身に付けられる「ちから」～			体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、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、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。		
三つの柱	(1)	知識及び技能	(1) 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。		
	(2)	思考力・判断力・表現力等	(2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。		
	(3)	学びに向かう力、人間性等	(3) 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するなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。		
教科書材	【教科書】(大修館)現代高等保健体育 【副教材等】(大修館)現代高等保健体育ノート				
ポイント	体育の授業を受ける際のルールを遵守し、迅速な集団行動を心掛けること。 指定の服装に着替え、体育館、格技場、グラウンド等、種目に応じた授業場所で行う。				
学習評価	評価の観点				
	a	知識・技能	運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。		
	b	思考・判断・表現	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。		
	c	主体的に取り組む態度	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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するとともに、健康・安全を確保している。		

学期	月	単元名	学習内容	このように学ぶことで...	こんな力が身に付きます	評価の方法	時数	
前期	4	体づくり運動 オリエンテーション、集団行動、新体力テスト・体ほぐし運動の各運動	オリエンテーション、集団行動、新体力テスト・体ほぐし運動の各運動	手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気づき、仲間と主体的に関わり合うことができる。	継続して挑戦する力・他者を思いやる力	知 記録表 思 ワークの記入内容 態 学習への取組	7	
		体育理論	スポーツの発祥と発展	運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解することができる。	創造する力	知 小テスト 思 ワークの感想文 態 学習への取組	6	
	5	陸上競技 男女別修	短距離走 砲丸投げ	記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさを味わうことができる。	継続して挑戦する力・探究する力	知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	7	
		器械運動 男女別修	マット運動 (回転系、巧技系)	切り返し系や回転系の基本的な技を滑らかに安定して行うことができる。	継続して挑戦する力・探究する力	知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	7	
	6	球技①男女別修	ラグビー 個人技能、集団技能、簡易ゲーム	勝敗を競ったり、チームや自己の課題を解決したり、そのスポーツの特有の基本的な動きをすることができる。	継続して挑戦する力・探究する力	知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	10	
		球技①男女別修	ソフトボール 個人技能、集団技能、簡易ゲーム			知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	10	
	9	陸上競技	長距離走	目標を設定し、記録の向上を目指し一定のペースで走り続けることができる。	継続して挑戦する力	知 実技テスト 思 授業の様子 態 学習への取組	4	
	後期	10	武道 男子必修	柔道 礼法、基本動作、寝技、対人技能	相手の動きの変化に応じた基本動作から、素早く相手を崩し抑え込むことができる。	継続して挑戦する力・探究する力	知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	10
			ダンス 女子必修	ダンス 創作ダンス、基本の運動、動きイメージ、課題構成、発表会	リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、仲間と自由に踊ったりすることができる。	協働する力・創造する力	知 発表会 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	
11		球技②男女共修	バスケットボール 個人技能、チーム技能、簡易ゲーム、審判法	勝敗を競ったり、チームや自己の課題を解決したり、そのスポーツの特有の基本的な動きをすることができる。	継続して挑戦する力・探究する力	知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	10	
		球技②男女共修	バレーボール 個人技能、チーム技能、簡易ゲーム、審判法			知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	10	
12		スキー	スキー 基本技能(直滑降、斜滑降、ボーゲン) 応用技能(フールーク・パラレルターン)	自然を感じ、スキーの基本的な技術を習得することができる。	継続して挑戦する力・探究する力	知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	18	
		球技②男女別修	バスケットボール バレーボール ゲーム	勝敗を競ったり、チームや自己の課題を解決したり、そのスポーツの特有の基本的な動きをすることができる。	協働する力・他者を思いやる力	知 実技テスト 思 ワークシート、授業の様子 態 学習への取組	6	
							105	
教科横断		単元						
		関連						