

教科	科 目	単位数	学年・クラス
保健体育	体育	3	3年1組

1 使用教材

使用教科書	現代高等保健体育
出版社	大修館
副教材等	現代高等保健体育ノート
出版社	大修館書店

2 学習の目標

1 各種の運動の合理的実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
2 体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を身に付ける。
3 生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を身に付ける。

3 評価の規準・観点・方法

評価の観点	内 容
① 関心・意欲・態度	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任などの態度を身につけるとともに、健康・安全に留意して自ら運動しようとしている。
② 思考・判断・表現	自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫している。
③ 技能	自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めている。また、自己の体力や生活に応じて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。
④ 知識・理解	社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身に付けている。

観点 評価方法	観点				備考
	①	②	③	④	
学習状況の観察	A	A	A	B	授業態度や課題解決の達成状況など
実技	A	B	A	A	実技の個人記録
定期考査	C	A	-	A	体育理論定期テスト

※表中のA・B・Cは評価の重要性を高い順に表している。

4 学習計画

学期	学 習 内 容	学習のねらい
1 学期	<p>体づくり運動</p> <p>球技（バレーボール・バドミントン・テニス・卓球・ソフトボール）</p> <p>個人的技能 集団的技能</p> <p>ゲーム・審判法</p> <p>水泳 スキルテスト 体育理論 豊かなスポーツライフの設計</p>	<p>仲間と協力して互いに思いやりながら進んで運動に取り組む姿勢を身に付ける。</p> <p>個人的技能を身に付ける。 自己の役割を理解し、互いに協力しながら集団的技能を身に付ける。 ゲームでは、ルールや審判法を理解し、勝敗や結果を素直に受け入れる態度を身に付ける。</p> <p>自己の能力に応じて速く泳いだり、続けて長く泳いだり、競泳をしたりする水泳の楽しさを味わう。</p> <p>社会の変化とともにスポーツの役割がどのように変化しているか理解する。</p>
2 学期	<p>ダンス（フォークダンス）</p> <p>球技（サッカー・バスケットボール・ソフトボール・バドミントン・卓球）</p> <p>ゲーム・審判法 スキルテスト</p> <p>陸上競技（長距離走）</p> <p>球技（サッカー・バスケットボール・ソフトボール・バドミントン・卓球）</p> <p>体育理論 豊かなスポーツライフの設計</p>	<p>リズムの取り方、動き方など相手や仲間と調子を合わせて、関わりを持って踊ろうとする姿勢を身に付ける。</p> <p>個人的技能・集団的技能を身に付ける。 チームとしての連携を通して自己の役割を理解し、ゲームで生かせるようになる。</p> <p>ゲームでは、ルールや審判法を理解し、勝敗や結果を素直に受け入れる態度を身に付ける。</p> <p>自己の能力に応じた目標を定め、その解決を目指して練習する。</p> <p>ライフステージに応じたスポーツライフを設計していくことを理解する。</p>
3 学期	<p>球技（サッカー・バスケットボール・ソフトボール・バドミントン・卓球）</p> <p>ゲーム・審判法 スキルテスト</p> <p>体育理論 豊かなスポーツライフの設計</p>	<p>身に付けた個人的技能や集団的技能を高めたり、新たに身に付けた技能で攻防を展開してゲームができるようにしたりする。</p> <p>練習やゲーム場所の安全を確かめ、危険なプレーをしないなど、健康・安全に留意する態度を身に付ける。</p> <p>スポーツは環境とどのように調和していけばよいか考える。</p>