

教科名	保健体育	科目名	体育	(2単位)
使用教科書	最新保健体育 改訂版 (大修館)	副教材等	アクティブスポーツ総合版 (前年度から継続使用)	

### 1 科目のねらい(目標)

運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任などの態度を高め、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る。

### 2 科目・授業の内容と進め方

前期(男女別やクラスごとに授業を展開)

- ・体づくり運動
- ・陸上(走高跳、砲丸投)
- ・水泳またはダンス

後期(2クラス合併で、球技・剣道の中から2つのコースを選択し授業を展開)

- ・バレーボール、バスケットボール、卓球またはバドミントンから1種目選択
- ・ソフトボールまたはサッカーから1種目選択
- ・剣道は選択者のみを対象とする
- ・体育理論は合計5回実施(各月1回)し、学年末考査を実施

### 3 学習の方法

- ・前期までの半年間は、体育授業や体育行事になれるために男女別やクラスごとで授業を展開します。後期は球技または剣道を選択し、コースごとに学習します。
- ・原則として男女共習です。男女混合でグループを形成することもあります。
- ・体育理論を10月から月1回クラス単位で実施し、学年末にテストを行います。

### 4 課題・補習について

- ・状況に応じて実施します。

情報処理科・経営管理科 2年A・B・C・D組

教科名	保健体育	科目名	体育 (2単位)
-----	------	-----	----------

5 年間の学習計画 (1)

月	単元名	教材	学習の内容	評価方法 (課題等)
4	OR		・年間計画、概要説明	
5	体づくり運動	・体力を高める運動	・自己の体力や生活に応じて、体ほぐしの行い方と体力の高め方を実践的に工夫できるようにする。	行動観察 自己評価
6	陸上	・跳、投 (走高跳、砲丸投)	・自己の能力に応じて運動の技能を高め、記録の向上をはかれるようにする。	行動観察 自己評価 記録会
7	水泳/ダンス	・平泳ぎ ・クロール (25m)	・〈水泳〉 ・水泳の特性を理解し、自己の能力に応じて技能を高め、速く泳いだり、続けて長く泳いだりできるようにする。 ・〈ダンス〉	行動観察 自己評価 記録会
9		・創作ダンス (現代的なリズムのダンス)	・自己の能力に応じた課題を持ち、グループで協力して練習し、発表する。	発表会 (ダンス)
10	選択Ⅰ 球技 (外) 球技 (内)	①ソフトボールまたはサッカー ②バレーボール バスケットボール バドミントンまたは卓球 ③剣道	・それぞれの球技の特性を理解し、グループや個人の課題解決をめざした授業が展開できるようにする。 ・自己の興味や適正に応じて種目を選択する。 ・〈剣道〉 ・自己の能力に応じて、合理的な実践を工夫し技能を習得する。 ・チームや個人の役割を理解しながら協力しあい、場所の安全に配慮した練習を行う。	行動観察 グループ評価 試合観察  行動観察 自己評価 (剣道)
11	／剣道			
12	選択Ⅱ 球技 (外)	①ソフトボールまたはサッカー ②バスケットボール バドミントンまたは卓球	・それぞれの球技の特性を理解し、グループや個人の課題解決をめざした授業が展開できるようにする。 ・チームや個人の役割を理解しながら協力しあい、場所の安全に配慮した練習を行う。	行動観察 グループ評価 試合観察
1	球技 (内)			
2	※体育理論	※10～2月の間、月1回		
3				

年間の学習計画（２）体育理論について

月	単元名	教材	学習の内容	評価方法
10	体育理論	スポーツの技術と技能	運動やスポーツの技術は、学習を通して技能として発揮されるようになること。また、技術の種類に応じた学習の仕方があることを理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認
11		技能の上達過程と練習	運動やスポーツの技能の上達過程にはいくつかの段階があり、その学習の段階に応じた練習方法や運動観察の方法、課題の設定方法などがあることを理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認
12		技能と体力	運動やスポーツの技能と体力は、相互に関連していること。また、期待する成果に応じた技能や体力の高め方があることを理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認
1		体力トレーニング	目的に応じた筋力・持久力を向上させるための様々なトレーニング方法を理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認
2		運動・スポーツにおける安全の確保	運動やスポーツを行う際は、気象条件の変化など様々な危険を予見し、回避することが必要であることを理解する。	行動観察 挙手・発言 ノート確認
3				