

教科	保健体育	学科	普通科(女子)	学年	1	年	必修科目
科目	体育			単位数	2	単位	
使用教科書				副教材			

学校教育目標	高い志を立て、自己を練磨し、社会に貢献する人間の育成(立志・練磨)							
育成を目指す 資質・能力	基盤的学力	◎	協働力	○	論理的思考力		傾聴力	課題解決能力
	表現力	○	判断力	○	考察力	◎	情報活用能力	コミュニケーション能力
	基礎的読解力		創造力		洞察力		継続力	行動力
	自己管理能力		共感力		自己実現力		復元力(折れない心)	自己肯定感
学習の到達目標	・運動を合理的・計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって運動を継続することができるため、運動の必要性について理解させる。							
	・運動を継続するための課題を見つけ、合理的、計画的に解決に向けて思考、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能力を養う。							
	・運動を通して、公正・協力、自己の責任を果たす、参画する、ここの違いを大切にしようとする意欲を育て、健康・安全確保し、運動に親しむ態度を養う。							
	・							

★評価規準	A: 十分満足できる	B: 概ね満足できる(基準)	C: 努力を要する
★単元ごとの評価規準	(1) 集団行動と自己の体力を把握		★4月～6月下旬までの学習内容
①知識・技能	②思考・判断・表現	③主体的に学習に取り組む態度	
3年間、体育の授業を円滑に行うための集団行動を理解し、それを行動に結びつけることができたか。	自己や周囲の状況を考えた運動や行動が取れているか。また、自己の体力把握により、今後の授業での取り組みの態度が出来ているか。	各種種目に主体的に取り組む、役割を積極的に引き受け果たそうとしているか。	
★何で評価するか ・スキルテスト(集団行動・桂陽体操) ・新体カテストの結果 ・	★何で評価するか ・授業でのワークシート	★何で評価するか ・授業でのワークシート ・担当教師の授業観察 ・	

【学習計画】

月	単元	学習の目標(評価の観点: 評価方法)
4	・オリエンテーション ・体力つくり運動Ⅰ(集団行動)	1年間の体育の学習内容・授業規律を理解する。 集団行動の意義を理解し、行動様式を身につけさせる。集団行動では、動画での撮影でスキルテストを行う。
5	・体力つくり運動Ⅱ(体操) ・体力つくり運動Ⅲ(体ほぐし)	桂陽体操の動き、リズムを身につけさせ、集団で呼吸を合わせて行う。 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況に気付き、仲間と主体的に体が動かす。
6	・体力つくりⅣ(新体カテスト) ・球技Ⅰ(バレーボール)	新体カテストを実施し、自己の体力を把握させ、自ら体つくりに取り組む態度を身につける。 バレーボールの基本的技術を身につける。また、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出す攻防を身につける。

★単元ごとの評価規準	(2) 球技 / 持久走	★7月上旬～9月下旬までの学習内容						
①知識・技能	②思考・判断・表現	③主体的に学習に取り組む態度	自己評価			実際評価		
勝敗やチームや自己の課題を解決することができたか。また、技術の名称や、体力の高め方、課題方法などの技能を身に付けているか。	チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み工夫するとともに、ルールやマナーを大切にしているか。	フェアなプレイを大切にし、ひとり一人の違いに応じたプレイを大切にしているか。また、主体的に取り組むとともに、自己の結果を冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしているか。	観点			観点		
①	②	③	①	②	③	①	②	③
★何で評価するか ・スキルテスト ・持久走タイム・順位 ・	★何で評価するか ・授業でのワークシート	★何で評価するか ・授業でのワークシート ・担当教師の授業観察						
7	・球技Ⅰ(バレーボール) ・体育理論Ⅰ	バレーボールのルールや戦術や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開させる。また、フェアプレイ、互いに助け合うことを大切にする。 評価については、基本的技能のスキルテストを実施する。 運動やスポーツの技能と体力について学ぶ						

8	・陸上競技(持久走)	マラソン大会での自己の目標を目指し、3kmの持久走を実施し、目標達成に挑戦する中で達成感や充実感を感じながら、体力の向上に努める。
9	・陸上競技(持久走)	マラソン大会での自己の目標を目指し、3kmの持久走を実施し、目標達成に挑戦する中で達成感や充実感を感じながら、体力の向上に努める。 マラソン大会では、男子12km・女子8km 持久走の評価については、平均タイムを算出する。

★単元ごとの評価規準 (3)武道・球技Ⅱ・スキー・球技Ⅲ			★10月上旬～3月下旬までの学習内容					
①知識・技能		②思考・判断・表現		③主体的に学習に取り組む態度				
勝敗やチームや自己の課題を解決することができたか。また、技術の名称や、体力の高め方、課題方法などの技能を身に付けているか。		チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み工夫するとともに、ルールやマナーを大切にしているか。		相手を尊重し、行動の仕方を大切にすること、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たしているか。				
★何で評価するか ・スキルテスト		★何で評価するか ・授業でのワークシート		★何で評価するか ・授業でのワークシート ・担当教師の授業観察				

自己評価			実際評価		
観点			観点		
①	②	③	①	②	③

10	・球技Ⅱ(バドミントン)	バドミントン基本的な技術を身につける。また、状況に応じたラケット操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出す攻防を身につける。 ルールや戦術や状況に応じた技能ゲームを展開する。 評価については、基本的技能のスキルテストを実施する。
11	・球技Ⅲ(バスケットボール)	バスケットボール基本的な技術を身につける。また、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出す攻防を身につける。
12	・球技Ⅲ(バスケットボール) ・体育理論	バスケットボールのルールや戦術や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開する。また、フェアプレイ、互いに助け合いながら技能向上を目指す。 評価については、基本的技能のスキルテストを実施する。 スポーツの技術と戦術について学ぶ
1	・スキー	習熟度別に班を設定し、用具の性能を生かした滑走を身につける。 スキー場でのマナーを学ばせるとともに、自然環境についても考える。 習熟度別に班を設定し、用具の性能を生かした滑走を身につける。 スキー場でのマナーを学ばせるとともに、自然環境についても考える。
2	・スキー ・体育理論 ・ダンス	・評価については、全員が同じコースで滑走しスキルテストを実施する。 ・技能の上達過程と練習について学ぶ 現代的なリズムダンスを行う。
3	・ダンス	グループ・曲を選択させ、リズムを特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊る。 ダンスを通じて、合理的、計画的な練習が出来るように工夫させると同時に互いに共感し高めようとする姿勢を身につける。

★最終評価総括(自己評価/実際評価)

①知識・技能		②思考・判断・表現		③主体的に学習に取り組む態度	

自己評価総括			実際評価総括		
①	②	③	①	②	③

◎前期振り返り	◎後期振り返り	▶備考