

教科 保健体育 科

科目	体育	学年・コース	3 学年	コース	単位数	3 単位	区分	必修
学習の目標		<ul style="list-style-type: none"> ・運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう進んで運動し、公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。 ・運動の技能の習得や体力を高めるための合理的な運動の実践方法を身に付ける。 						
教科書								
補助教材等		スポーツガイダンス(体育科作成)						
学期	月	学習内容	学習のねらい					時間
1	4	オリエンテーション(「体育」学習について)	・体育学習の意義や内容を理解する。					1
	5	体づくり運動・体育理論	<ul style="list-style-type: none"> ・体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 ・スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴を理解する。 ・集団行動を通して、規律ある行動が自ら実践できるようにする。 					14
	6	球技選択(ベースボール型・ネット型より1種目)	・基礎的スキルを高め、学習段階に応じたゲームを楽しむ。					12
	7	水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・4泳法(クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ)の泳法の習得を目指す。 ・速く泳いだり、長く泳いだりし記録向上を目指す。 ・水中での救助法を学習する。 					10
2	8	水泳	<ul style="list-style-type: none"> ・4泳法(クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ)の泳法の習得を目指す。 ・速く泳いだり、長く泳いだりし記録向上を目指す。 ・水中での救助法を学習する。 					5
	9	陸上競技(競走)、体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・記録に挑戦したり、自己の課題を克服する気持ちを育成する。 ・自己のねらいに応じて体力の向上を図る。 					13
	10	球技選択(ゴール型・ネット型より選択して1種目)	<ul style="list-style-type: none"> ・基礎的なスキルを高め、学習段階に応じたゲームを楽しむ。 ・作戦や戦術を立て、チームやペアと協働することや楽しむことを味わう。 					20
	12							
3	1	種目選択(いずれかより1種目) 武道(柔道)・球技(ゴール型)・創作ダンス	<ul style="list-style-type: none"> 【武道】基本動作や対人スキルを身に付ける。 【球技】基礎的なスキルを高め、学習段階に応じたゲームを楽しむ。 【ダンス】仲間と自由に踊ったり、感じを込めて踊ったりして、楽しさを味わう。 					15
	2	球技(ネット型1種目)	<ul style="list-style-type: none"> ・基礎的なスキルを高め、学習段階に応じたゲームを楽しむ。 ・作戦や戦術を立て、チームやペアと協働することや楽しむことを味わう。 					15
	3							

評価の観点	知識・技能	・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知識を理解し、実践することができる。
	思考・判断・表現	<ul style="list-style-type: none"> ・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけることができる。 ・課題の解決を目指して、活動の仕方や適切な解決方法を選択することができる。
	主体的に学習に取り組む態度	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の楽しさや喜びを深く味わえるように、自ら進んで計画的に運動している。 ・公正・協力・責任・参画などの社会的態度が身に付いている。 ・自己や他者の健康や安全に留意して運動しようとしている。