学校番号	1206

令和５年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	「高等学校　改訂版　保健体育」（第一学習社）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

ランニング、準備体操、補強運動等を毎時間実施し、ウォーミングアップを入念に行い怪我の防止に努めるとともに体力の維持向上に継続的に取り組む。また、各種の運動の合理的な実践を通して、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出来るようにする。スポーツのルールを守って各ゲームに取り組み、用具等の準備や片付けも含めて仲間と協力して活動し、フェアプレーの精神や協調性を身につけ、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。

2　学習の到達目標

① 1、2年次の授業で身につけた技能を活かして、より高度な技能やチームプレーを習得させる。
② スポーツは自己の健康増進に加え、豊かな人間関係を築く有効な手段である事を理解させる。
③ 生活習慣が乱れたり、ストレスや不安感を抱えている生徒が多い現状を踏まえ、生徒が運動を好きになり、規則正しく健康的な生活習慣を身に付ける事ができるようにする。

3　学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:関心・意欲・態度	b:思考・判断	c:運動の技能	d:知識・理解
観点の趣旨	準備体操、主運動に積極的に取り組めたか。	個人技能を活かしながら仲間と協力してゲーム等に取り組めたか。	各スポーツの個人技能を習得できたか。	スポーツ科学に基づいたトレーニングの知識と技術を学び、合理的な運動が実践できるようにする。
評価方法	出席状況 行動観察	適切な練習方法の選択	スキルテスト	作戦や戦術の適切な選択

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。
学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

4　学習の活動

学期	単元名	学習内容	主な評価の観点				単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
1学期		体つくり運動(男女) サッカーゲーム(男) 器械体操(女) 水泳(男女)	○	○	○	○	a:各運動に積極的に取り組めたか。 b:個人機能の向上とチームで協力する態度が育成されたか。 c:１，２年の経験を活かしてスキルアップできたか。 d: 各種目の動きについて理解できたか。	行動観察 スキルテスト
2学期		体つくり運動(男女) バドミントンゲーム(男) 硬式テニスゲーム(女) 水泳(男女)	○	○	○	○	a:各運動に積極的に取り組めたか。 b:ルールを守り、ゲームを楽しめたか。 c:ゲームに必要な技術を習得できたか。 d: 各種目の動きについて理解できたか。	行動観察 スキルテスト
3学期		体つくり運動(男女) バスケットボール、バドミントン、バレーボール、サッカー、硬式テニス等のゲーム(男女混合の選択制)	○	○	○	○	a:各運動に積極的に取り組めたか。 b:ルールを守り、ゲームを楽しめたか。 C:ゲームに必要な技術を習得できたか。 d:各自の体力や技能レベルに応じて取り組む事が出来たか。	行動観察 スキルテスト

※　表中の観点について　a:関心・意欲・態度　　b:思考・判断
c:運動の技能　　d:知識・理解