平成31年度　保健体育

学校番号	2001

教科	科目	必修／選択	単位数	指導学年
保健体育	体育（3年女子）	必修	2+1	第3年次前期・後期

教科書・副読本・問題集 No.	分類	教材名
①	副読本	アクティブスポーツ2018 女子版
②		
③		
④		
⑤		
⑥		
⑦		
⑧		
⑨		
⑩		
⑪		

学習の到達目標

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い、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を身につけ、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、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身につける。
3年間の体育の集大成として集団演技を通して人間関係の大切さを知り、後期においては選択授業を通して運動の楽しさや喜びを深く味わい、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を身につける。

教科からのメッセージ（学習方法 等）

前半は集団演技を通して人間関係の大切さを知り、運動の楽しさや喜びを深く味わう。後半はグループ学習を中心とし、計画・実践・反省の流れを生徒自らが作り上げることを目指す。高校卒業後も生涯を通してスポーツに親しむ習慣を身につける。

特記事項

必履修科目。卒業までに必ず履修しなければならない。

学習評価（評価規準と評価方法）

観点		観点の趣旨	主な評価方法
A	関心・意欲・態度	各自が1・2年の授業で学んだことをベースに集団演技や他のスポーツを通して運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。	受講態度の観察、ノート、レポート等
B	思考・判断	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。	授業計画、ノート、レポート等
C	運動の技能	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。	技能観察、レポート等
D	知識・理解	前半は集団演技や他の運動を通して、後半は各自が計画を立てた授業内容における運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するための理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	授業計画、ノート、選択種目の学科テスト、レポート等

年間（学期間）指導計画

学期	期間	教材	単元	配当時間	学習内容	評価観点	単元目標（CAN-DO）／単元（題材）の評価規準	主な学習活動	主な評価方法	評価
前期	4月 ｜ 6月	①	集団演技	36	舞(ABCD)	A B C D	扇や布の使い方を身につける。(C) 3曲構成になっているので、その動きを互いに教えあい習得する。(CD) クラスごとにメインの動きがあるので、クラスごとに演技を完成させ、精度を上げていく。(ABCD) 評価のためにやるのではなく、見せるために行う。(ABCD)	扇を使った演技 ゴース（布）を使った演技	体育大会集団演技は演技の習得度及び協調性、表現力などを評価	5 4 3 2 1
	4月 ｜ 9月	①	ソフトボール	22	パス、キャッチ(C) バッティング(C) フィールディング(C) 試合(ABCD)	A B C D	ボールを投げる、受ける、バットでボールを打つ等の基本的な技術を身につける。(ABCD) ソフトボールのルールを理解し、チームで協力してスムーズに試合を行う。(ABCD)	基礎から実践まで パス、キャッチ バッティング フィールディング ゲーム	個人的なスキルテスト、グループごとの試合から評価	5 4 3 2 1
	6月 ｜ 9月	①	水泳	13	背泳(AC) 個人メドレー(ABCD)	A B C D	背泳を正しいフォームで泳げるようになる。(C) クロール・平泳ぎの復習をし、3泳法の個人メドレーが出来るようになる。(AC) 自らの能力を把握し、課題解決することで速く泳げるようになり、記録の向上を目指す。(ABCD)	背泳（キック、プル、コンビネーション技術練習、タイム計測[25m]） 3泳法個人メドレー（スタート、ターン）	背泳（タイム計測[25m]） 3泳法個人メドレー（タイム計測[75m]）	5 4 3 2 1
後期	10月 ｜ 1月	①	選択	30	ソフトボール(ABCD)	A B C D	班ごとに自分達の課題を分析し、計画を立て授業を進めていく。(ABCD) 安全面に配慮しながら、試合を楽しむ。(ABCD)	キャッチボール、トスバッティング、ロングティー、ノックなどの練習 試合	遠投 コントロールテスト トスバッティング ロングティー	5 4 3 2 1
		①			卓球(ABCD)	A B C D	与えられた課題をこなしながら、自分たちで計画を立てて行う。(ABCD) 授業ノートを毎時間提出し、その予定通りに授業を進めていく。(ABCD) 最終的には楽しい試合を行う。(ABCD)	ショートラリー（フォア、バック） ロングラリー（フォア、バック） サービス レシーブ スマッシュ 試合	ラリーは回数により評価 サービス、レシーブ、スマッシュは主観的に評価 試合においては勝敗で点数を決める 筆記テスト	5 4 3 2 1
		①			バドミントン(ABCD)	A B C D	班ごとに課題・練習内容等を考えて技術の向上、ルールの理解を図る。(ABCD)	ハイクリア、ロブ、ドライブ、ヘアピン、スマッシュ、ドロップ等、いろいろな打ち方をラリーを続けて反復練習 シングルスの試合	筆記テスト シングルス、ダブルスの総当りの順位 班ノートの内容	5 4 3 2 1
		①			テニス(ABCD)	A B C D	自分たちで定めた目標を、仲間と協力しながら達成することを目指す。(ABCD) 毎時間授業ノートを提出し、自ら決めた内容の授業を展開する。(ABCD) 試合を行うためのルールの理解と技術の習得を目指す。(ABCD)	ストローク ボレー サーブ レシーブ スマッシュ ゲーム（通常のゲーム、タイブレーク）	技術テスト（サービス[10球]、ストロークラリー、ボレーストロークラリー、ボレーボレーラリー） ゲーム 筆記テスト	5 4 3 2 1