学校番号	302

平成 31 年度　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	現代高等保健体育　（大修館書店）						
副教材等	ステップアップ高校スポーツ　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・１，２年生で経験したスポーツを、３年での選択体育において、自ら計画し、活動することにより、それぞれのスポーツをより深く、より身近なものにしよう。また、生涯にわたって続けられるスポーツを、見つけよう。
・グループ学習を通じて、仲間と協力しあい運動の楽しさや喜びを深く味わおう。また、筋道を立てて練習や作戦を考え改善の方法などを互いに話し合うなど､コミュニケーション能力の向上に努めよう。

2　学習の到達目標

・心と体を一体として捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。
・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運動場面だけでなく日常生活で生かせるよう、ライフステージと健康について知識や理解を深めるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り適切に判断する能力を養う。

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	主体的に活動に取組み､運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 健康や安全を確保して､個人や集団の技能を高めようとする。 結果や勝敗を受け入れ､自他の技能を客観的に判断できる。 公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。	各種目の特性やねらいを理解し､技能向上につなげる。 自己や仲間の課題に応じた活動内容を考え工夫できる。 運動を継続したり､体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。	これまで獲得した技能をより高める努力をする。 選択した種目の特性に応じて、勝敗を競ったり、攻防を展開する中でそのスポーツを楽しむことができる。 仲間と連携・協力することで、楽しむ力を身につけ、技能の向上につなげる。	運動の技術の名称や行い方、体力の高め方､課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法を理解している。 生涯にわたってスポーツを継続する重要性について理解している。
評価方法	受講態度の観察 レポート 等	受講態度の観察 レポート 等	技能観察 レポート 等	レポート 等

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		
前期	球技(ネット型)	○バドミントン シャトル・ラケット慣れ 各種ストローク技術の習得 サーブ技術の習得 ラリー ゲーム テスト ○テニス ボール・ラケット慣れ 各種ストローク技術の習得 サーブ技術の習得 ラリー テスト ○卓球 ボール・ラケット慣れ 各種ストローク技術の習得 サーブ技術の習得 ラリー ゲーム テスト	○	○	○	○	a:球技の学習に主体的に取り組もうとし、フェアなプレイを大切にしようとしている。 b:提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。 c:空いた場所を巡る攻防を展開する為の役割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ができる。 d:技術の名称や行い方について理解したことを言ったり書き出したりしている。	受講態度の観察 技術観察
	水泳	個人メドレー 背泳 平泳ぎ クロール (バタフライ) 泳力に応じた距離を泳ぐ テスト (泳力に応じて25～75mを複数の泳法で泳ぐ)	○	○	○	○	a:水泳の学習に主体的に取組もうとし、互いに助け合い高め合おうとし、水泳事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。 b:課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の課題を見直し、練習や記録会の場面で、危険を回避するための活動の仕方を選んでいる。 c:手と足、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで複数の泳法で長く泳ぐことができる。 d:技術の名称や行い方、課題解決の方法についてなど学習した具体例を、言ったり書き出したりしている。	受講態度の観察 技術観察

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		
後期	選択体育	選択体育 選択Ⅰ(10月～11月) 選択Ⅱ(11月～ 1月) 下記の5種目から2種目を選択 ・バドミントン ・卓球 ・テニス ・ゴルフ ・アルティメット	○	○	○	○	a:選択した種目の楽しさを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取組もうとする。 b:生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現をめざし、自己や仲間の課題に応じた活動内容を計画・実施し運動を継続するための工夫をしている。 c:各種目の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防の展開を楽しむための技能を身につけている。 d:健康・安全の確保の仕方、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの必要性と設計の仕方を理解している。	

※　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