

科目	体 育	(必修)	授業時数	3 単位
			履修学年	3 学年

目 標	体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成する。
-----	---

●学習内容

1 学期	4 5 時間	2 学期	4 5 時間	3 学期	2 0 時間
○オリエンテーション	1	<21 週から 24 週>	33		20
○体づくり運動	2	○陸上競技	12		
○ハンドボール	32				
○バドミントン					
○卓球					
○柔道					
○バレーボール					
○ソフトボール					

年間を通して、学科ごとにローテーションで実施する。

教材
教科書：「ステップアップ高校スポーツ」 大修館書店

授業の進め方
体育の実技を通して、評価を行う。 指定された施設や場所で、準備体操を行うことから授業を始める。 個人練習やグループ学習を行ったり、試合を行ったりする。

●身に付ける能力とそのレベル

評価の観点	知識・技能（技術）	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる（できる） 運動について 実践を踏まえて、運動の多様性や体力の必要性を理解しているとともに、<u>関連する技能を身に付けている。</u>	生涯にわたって運動を継続するための課題を発見し、解決に向けて思考判断するとともに、<u>自己や仲間</u>の考えたことを他者に伝える力を身に付けている。	運動の経験を通して、公正、協力、責任を果たす、参画、一人一人の違いを大切にする態度を身に付けているとともに、<u>健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を身に付けている。</u>
	習得する（わかる） 運動についての実践を踏まえて、運動の多様性や体力の必要性について理解している。	生涯にわたって運動を継続するための課題を発見し、解決する力を身に付けている。	運動の経験を通して、公正、協力、責任を果たす、参画、一人一人の違いを大切にする態度を身に付けている。
評価方法	授業に取り組む姿勢や意欲・態度 種目毎に実技テスト等を行う場合がある	授業に取り組む姿勢や意欲・態度 種目毎に実技テスト等を行う場合がある	授業に取り組む姿勢や意欲・態度 種目毎に実技テスト等を行う場合がある

単元別 評価規準

【体づくり運動】

評価の観点		知識・技能(技術)	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる (できる)	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、 <u>健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立てて取り組むことができる。</u>	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、 <u>自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。</u>	体づくり運動に自主的に取り組むとともに、お互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、話合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することを <u>実践している。</u>
	習得する (わかる)	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解する。	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。	体づくり運動に自主的に取り組むとともに、お互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、話合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することを理解している。

【ハンドボール】

評価の観点		知識・技能(技術)	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる (できる)	ハンドボールについて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 <u>作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲーム展開できる。</u>	生涯にわたって運動を豊かに継続するための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方を工夫するとともに、 <u>自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。</u>	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとするなどや、健康・安全を確保することを <u>実践している。</u>
	習得する (わかる)	ハンドボールについて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための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方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとするなどや、健康・安全を確保することを理解している。

【バドミントン】

評価の観点		知識・技能(技術)	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる (できる)	バドミントンについて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 <u>作戦や状況の応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。</u>	生涯にわたって運動を豊かに継続するための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方を工夫するとともに、 <u>自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。</u>	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、 <u>健康・安全を確保することを実践している。</u>
	習得する (わかる)	バドミントンについて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための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方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを理解している。

【卓球】

評価の観点		知識・技能(技術)	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる (できる)	卓球について、勝敗を競ったり自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 <u>作戦や状況の応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できる。</u>	生涯にわたって運動を豊かに継続するため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方を工夫するとともに、 <u>自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。</u>	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、仲間のプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、 <u>健康・安全を確保することを実践している。</u>
	習得する (わかる)	卓球について、勝敗を競ったり自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するために仲間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方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、仲間のプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを理解している。

【柔道】

評価の観点		知識・技能(技術)	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる (できる)	柔道について、勝敗を競ったり自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、などを理解するとともに、 <u>状況の応じた技能で競技を展開できる。</u>	生涯にわたって運動を豊かに継続するために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方を工夫するとともに、 <u>自己の考えたことを他者に伝えることができる。</u>	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、互いに高め合おうということなどや、 <u>健康・安全を確保することを実践している。</u>
	習得する (わかる)	柔道について、勝敗を競ったり自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するために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方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、互いに高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを理解している。

【バレーボール】

評価の観点		知識・技能(技術)	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる (できる)	バレーボールについて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 <u>作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲーム展開できる。</u>	生涯にわたって運動を豊かに継続するための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方を工夫するとともに、 <u>自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。</u>	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを <u>実践している。</u>
	習得する (わかる)	バレーボールについて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための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方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保することを理解している。

【ソフトボール】

評価の観点		知識・技能(技術)	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる (できる)	ソフトボールについて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、 <u>作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲーム展開できる。</u>	生涯にわたって運動を豊かに継続するための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方を工夫するとともに、 <u>自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。</u>	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを <u>実践している。</u>
	習得する (わかる)	ソフトボールについて、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解する。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための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方を工夫している。	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することを理解している。

【陸上競技】

評価の観点		知識・技能(技術)	思考力・判断力・表現力	主体的に取り組む態度
評価規準	活用できる (できる)	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、種目特有の技術を身に付けている。 <u>長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。</u>	動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、 <u>自己の考えたことを他者に伝えることができる。</u>	陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、 <u>健康・安全を確保することを実践している。</u>
	習得する (わかる)	記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、種目特有の技術を理解している。	動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫している。	陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することを理解している。