

# 2年保健体育

教科のねらい

**体育**・・・身体的発達の充実期である高校時代に、自分の能力・適正・趣味や関心などに基づいてスポーツを選択し、競技の楽しさを深める。また、より高度な技能に挑戦することや課題を達成するために、自分の努力や工夫、仲間との協力で味わうことのできるスポーツの本当の楽しさや喜びを得ることが大切である。このような体験を通して「生涯にわたりスポーツを生活の中に取り入れる基礎づくり」をねらいとして授業を行っている。

科目名	体 育	単位数	2 単位	実施予定授業時間数	70時間
-----	-----	-----	------	-----------	------

## 1. 学習の到達目標

学習の到達目標	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できるようになる。また、体の調子を整えて体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を学び、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を身に付ける。
使用教科書・副教材等	ステップアップ高校スポーツ2018（大修館）

## 2. 学習計画および評価方法

学期	学 習 内 容	月	学 習 の ね ら い
第1学期	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体づくり</li> <li>・吉田体操</li> <li>・集団行動</li> <li>・持久走</li> <li>・スポーツテスト</li> </ul>	4 5	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手軽な運動や律動的な運動を通して、自分の心と体の状態に関心を持つ。また、体を動かす楽しさや心地よさを味わう。</li> <li>・基礎体力の基本である全身持久力の向上を養う。</li> <li>・スポーツテストをおこない、自分の体力や運動能力を数値として知り、各自の活動や生活に活かす。</li> </ul>
	選択1期※ <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール</li> <li>・バドミントン</li> <li>・卓球</li> <li>・ソフトテニス</li> <li>・テニス</li> <li>・ソフトボール</li> </ul>	5 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームや練習のときに、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防を展開してゲームを行う。</li> <li>・目標や課題を設定し、練習方法の工夫や仲間との協力によって解決していくことを通し、その成果や技能が向上した喜びを味わう。</li> </ul>
	[ 課題・提出物等 ]		
	[ テスト範囲 ] 種目毎に実技テスト等をおこなう場合もある		
	[ 第1学期の評価方法 ] 持久走、選択1期の種目を総合評価する。(出欠状況、態度等を評価に含む。)		
第2学期	選択2期※ <ul style="list-style-type: none"> <li>・水泳</li> <li>・器械体操</li> <li>・陸上</li> </ul>	7 8	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分の記録や技能から目標や課題を設定し、練習方法の工夫や仲間との協力によって解決していくことを通し、記録や技能が向上した喜びを味わう。</li> </ul>
	選択3期※ <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール</li> <li>・ソフトテニス</li> <li>・テニス</li> <li>・ソフトボール</li> <li>・サッカー</li> <li>・バドミントン</li> <li>・卓球</li> </ul>	9 10	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームや練習のときに、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防を展開してゲームを行う。</li> <li>・目標や課題を設定し、練習方法の工夫や仲間との協力によって解決していくことを通し、その成果や技能が向上した喜びを味わう。</li> </ul>

第2学期	選択4期※ ・サッカー ・ソフトボール ・バスケットボール ・テニス ・ソフトテニス ・バドミントン ・卓球	10  11	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームや練習のときに、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防を展開してゲームを行う。</li> <li>・目標や課題を設定し、練習方法の工夫や仲間との協力によって解決していくことを通し、その成果や技能が向上した喜びを味わう。</li> </ul>
	[ 課題・提出物等 ]		
	[ テスト範囲 ] 種目毎に実技テスト等をおこなう場合もある		
	[ 第2学期の評価方法 ] 選択2期・3期・4期を総合評価する。(出欠状況、態度等を評価に含む。)		
第3学期	選択5期※ 男子 ・バスケットボール ・バドミントン ・卓球 ・トレーニング ・柔道 ・剣道	11  12  1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームや練習を通して、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防を展開してゲームを行う。</li> <li>・目標や課題を設定し、練習方法の工夫や仲間との協力によって解決していくことを通し、その成果や技能が向上した喜びを味わう。</li> <li>・わが国固有の文化として伝統的な行動の仕方が重視される運動を通し、礼儀作法や対人的技能を身に付けていく中で、互いに相手を尊重する態度や安全に対する注意力を養う。</li> </ul>
	選択6期※ ・バスケットボール ・バドミントン ・卓球 ・体育理論	1  2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゲームや練習を通して、チームの課題や自分の力に応じて運動の技能を高め、作戦を生かした攻防を展開してゲームを行う。</li> <li>・目標や課題を設定し、練習方法の工夫や仲間との協力によって解決していくことを通し、その成果や技能が向上した喜びを味わう。</li> <li>・合理的な動きを理解し練習によって身につけることや、必要な体力をトレーニングによって向上させることができるよう理解を深める。</li> <li>・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解を深める。</li> </ul>
	[ 課題・提出物等 ]		
	[ テスト範囲 ] 種目毎に実技テスト等をおこなう場合もある		
[ 第3学期の評価方法 ] 選択5期・6期を総合評価する。(出欠状況、態度等を評価に含む。)			
[ 年間の学習状況の評価方法 ] ○1学期から3学期までを総合して評価する。 [ 各学期共通 ] ○出欠状況ー欠席、遅刻、早退、見学なども含む。特に欠席は大きな減点対象。 ○運動や健康、安全への関心・意欲・態度 — 授業への意欲や準備、取り組む姿勢や態度 例：①楽しさや喜びを得る積極的な取り組み ②向上心を持った自主的な取り組み ③公正、協力、責任、安全を意識した取り組み など ○運動や健康、安全についての思考・判断 — 課題解決や練習方法の工夫、ルールや作戦の工夫、資料の活用 ○運動の技能 — 個人的技能、集団的技能、審判法の技能、技能の到達度、進歩度 ○運動や健康、安全についての知識・理解 — 運動の行い方、ルールに関する知識と理解			

※選択種目は、変更になる場合があります。