

科目名	保 健	使用教材	教科書 現代保健体育（大修館） 副教材 現代保健ノート（大修館）
担当	田中健一・森政芳寿		
単位数	2年次 1単位必修（前後期）	評価方法	定期考査（中間・期末） 授業への取り組み（関心・意欲・態度） 提出物（ノート・課題プリント）

### 学習到達目標

- ・ 個人生活や社会生活における心身の健康や安全に関心を持ち、自ら健康で安全な生活を実践できるような意欲をもつ。
- ・ 健康・安全の意義を理解するとともに、現代社会と健康について課題解決の役立つ基礎的な事項を理解し、知識を身につける。
- ・ 心身の健康や安全に関する課題解決を目指し、適切な意思決定を行い、選択すべき行動を適切に判断できる力を身につける。

### ★授業について

個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるようにし、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し、改善していくための資質や能力を身につける。ヘルスプロモーションの考え方を生かして健康に関する個人の適切な意思決定や行動選択及び健康的な社会環境づくりを行うことが重要であることを理解させるとともに、それらを実践できるような資質や能力を身につける。

### ★自主学習について

保健の学習内容は現代社会・理科（生物・化学）・家庭基礎などの授業と関係しています。その中の単元と同じ内容を学びますが、予習および復習の意味を持って取り組んでください。

また、国内的にも国際的にも社会情勢は急速に変化しています。私たちはこのような変化に対応しつつ健康を維持していくことが必要です。「生涯を通じた健康づくり」を課題とし、健康を維持・促進するために何が必要か、日々の生活において考えていきましょう。

評価について		評価方法
関心・意欲・態度	・ 積極的、意欲的な学習・興味関心、態度・ 自発的、自主的な学習	・ 授業への取り組み方 ・ ノート提出
思考・判断	・ 自分のこれまでの学習や体験、資料、など をもとにして、他人の意見や考えを聞き、 課題の設定や解決の方法を考えながら判断 しているか。	
知識・理解	・ 適切な生活行動を選択し、実践すること、 及び環境を改善していく努力が必要である ことを理解しているか。 ・ 個人生活及び社会生活の健康や安全につい て、課題解決に役立つ知識を身につけてい るか。	・ 定期考査 ・ 課題プリント

学習の計画

●要点 ◆学習習慣・学びの発展 \*心の成長

月	単元	目標	学習の要点
4	2単元 生涯を通じる健康 ・思春期と健康 ・性意識と性行動の選択	○思春期における体の発達の特徴、行動面・心理面の特徴を理解する。 ○性意識に関する男女の特性、性に関する情報の行動への影響とそれらへの対処について理解する。	●保健を学ぶ意義 ●性に関する正しい知識 ●思春期における性的成熟にともない、心理面・行動面の変化を客観的にとらえる ◆授業の受け方(受講態度等) ※命の尊さを学ぶ ※的確な行動選択・意思決定ができる
5	・結婚生活と健康 ・妊娠・出産と健康	○健康な結婚生活について、心身の発達や本人・家族の保健の立場から理解する。 ○受精・妊娠・出産の一連の過程を学習し、胎児や母親の心身の健康問題、予防や健康のための支援について理解する。	●加齢にともなう心身の形態面及び機能面の変化を理解する ●高齢者のための社会的取り組みと保健制度を理解し活用できる ◆自分のこととして置き換え課題を考えることができる
6	・家族計画と人工妊娠中絶 ・加齢と健康	○家族計画(妊娠のコントロール)の意義や方法について理解する。 ○加齢にともなう心身の健康を、イメージを持って理解させる。	◆自分のこととして置き換え課題を考えることができる
7	・高齢者のための社会的取り組み ・保健制度と保健サービスの活用	○高齢者の心身の健康を支援するための社会的対策について理解する。 ○保健制度は、個人や環境の健康を直接的に、あるいは間接的に支援するためのものであるが、それを自分にかかわるものとして理解する。	◆自分のこととして置き換え課題を考えることができる
9	・医療制度と医療費 ・医療機関と医療サービスの活用	○高校生にとって医療費の支払いは実感しづらいものではあるが、自分が受診・支払いした経験を用いて、医療費が補助金、医療保険、自己負担からなることを理解する。 ○医療機関にもさまざまな役割があり、それらが有機的に関連していることを理解する。	※仲間と協力し課題解決を目指す事ができる ※両親や家族を気遣うことができる
10	3単元 社会生活と健康 ・大気汚染と健康 ・水質汚濁と健康 ・土壌汚染と健康	○各種の公害に対して、汚染物質やその健康影響を単に羅列するだけではなく、各公害がどのように健康に影響するのかの過程を説明できるようにする。	●環境汚染による健康被害について理解する ●健康被害を防止するために自分や社会ができることは何か ※社会における役割を考える事ができる
11	・健康被害の防止と環境対策	○環境汚染の防止・改善への対策には、多段階吐や多元性が求められることを理解する。	
12	・環境衛生活動のしくみと働き ・食品衛生活動のしくみと働き	○さまざまな環境衛生活動のうち、廃棄物などの適切な処理と関連する上水道の整備について理解する。 ○さまざまな食品が出回っている現在におい	●各分野における社会活動について理解する ◆様々な活動において生活を守る

		て、その衛生管理には、行政、製造者・生産者、消費者が各責任を果たさなければならないことを理解する。	られている事を理解し「感謝」の気持ちが芽生える
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食品と環境の保健と私たち</li> <li>・働くことと健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○消費者の責任をとりあげ、商品購入時における情報の活用、購入後の適切な保存や調理の仕方を理解する。</li> <li>○労働と健康の相互影響については、健康への影響にはプラス面とマイナス面があることを、また労働への影響では、健康がその人の能力を十分に発揮するための基盤であることを理解する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●働くために最も重要な事は健康である事を理解する</li> <li>●職業病や労働災害について理解し、職場での安全管理や健康づくりの方法について学ぶ</li> </ul> <p>※生きていくためには周囲の支えが不可欠である事を理解し、自分も社会の一員として貢献することが出来る</p>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>・労働災害・職業病と健康</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○職場が行う労働災害の防止策としては、環境整備などのハードの充実、及び安全な労働のための計画や手順の策定などを理解する。</li> </ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>・健康的な職業生活</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○職場の健康増進対策としては、主要な健康問題である生活習慣病と精神的ストレスを重視していることを理解する。</li> </ul>	

科 目 名	体 育 (男子)	使 用 教 材	教科書 MY SPORTS (大修館)
担 当	田中健一・高橋隆義・秋山勝		
単 位 数	2年次 2単位必修 (前後期)	評 価 方 法	各種目実技試験およびルール試験・新体力テスト 授業への取り組み (関心・意欲・態度) 出欠状況

### 学習到達目標

- ① 運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動するとともに、公正、協力、責任や健康、安全に留意する態度を身に付けます。
- ② 自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え工夫する力を身に付けます。
- ③ 各種の運動技能や体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付け、運動の技能や体力の向上を図ります。
- ④ 現代社会におけるスポーツの意義や必要性を理解し、豊かなスポーツライフを実現するための知識や方法を身に付けます。

### ★ 授業について

- ・人間には生まれながらに「活動」の欲求が備わっており、「運動」することで爽快な気分になり思考力も高まります。つまり、私たち人間は「動く楽しさ」を本能的に知っているわけです。小学校や中学校で経験してきたように、生徒諸君は「体育」の授業を通して「運動」する機会を定期的にと与えられてきました。本能的な欲求を満たすことができるその時間はきっと楽しかったに違いありません。そして、その中で経験したいろいろな運動や活動によって現在の「健康と体力」を身に付けてきたのです。たくましい「健康と体力」は、変化の激しいこれからの社会を生きる力の源であることはいまでもありません。
- ・人間の本能でもある「動く楽しさ」に「分かる楽しさ (思考判断・知識理解)」「できる楽しさ (運動技能)」「仲間とかかわる楽しさ (関心意欲態度)」が加わることで、運動の楽しさや喜びはさらに膨らみます。運動を科学的に理解し実践することにより、その楽しさを十分に味わうことができるよう自ら進んで運動しようとする意欲をもちましょう。そして、生徒諸君が生涯にわたり運動に親しみ、豊かなスポーツライフを実現できるように、そのための基礎をつくるのが「体育」の授業です。

評価について		評価方法
関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら進んで計画的に運動しようとする。</li> <li>・公正、協力、責任などの態度が身に付いている。</li> <li>・健康・安全に留意して運動しようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業中の行動観察</li> <li>・グループノートの確認</li> </ul>
思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業中の行動観察</li> <li>・グループノートの確認</li> </ul>

運動の技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めている。</li> <li>自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>授業中の行動観察</li> <li>グループノートの確認</li> <li>種目別実技試験</li> <li>ゲームの結果分析</li> </ul>
知識・理解	<ul style="list-style-type: none"> <li>社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身に付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>授業中の行動観察</li> <li>グループノートの確認</li> <li>種目別ルール試験</li> </ul>

## 学習の計画

●要点 ◆学習習慣・学びの発展 \*心の成長

月	週	単元	目標	学習の要点	時間数	
					予定	実施
4		集団行動 方向転換. 集合. 整頓. 番号. 解散 列の増減. 行進	方向転換. 集合. 整頓. 番号のかけ声. 解散列の増減. 行進が規律をもってできるようにする。	<ul style="list-style-type: none"> <li>●集団行動の主な様式を身につける</li> <li>◆集団の約束や決まりを守って機敏、的確に行動する。</li> <li>*集団のなかでお互いに守るべきルールを理解できる</li> </ul>	4	
4 5		新体力テスト 握力 上体起こし 長座体前屈 反復横跳び 持久走・20mシ ャトルラン 50m走 立ち幅跳 ハンドボール投	<p>体力、運動能力の現状を確かめ不足している能力を高めさせ、ますます心身を鍛練する。</p> <p>自分の体に関心を持ち、体力や生活に応じた課題をもって、体ほぐしをしたり、体力を高めたりするとともに、これらの運動を生活の中で実践できるようにする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自分の基礎体力の数値を知ること、昨年度からの成長や弱い部分を見つけだし、体づくりの参考資料とする。</li> <li>*昨年の記録や他の生徒との記録を比べる事により「向上心」が芽生える</li> </ul>	6	
5 7		バレーボール	<p>バレーボールの基本的な個人技能や集団技能を身につけ、チームの特徴を生かした攻撃と防御の連携プレーをゲームで発揮する。</p> <p>チーム内で、個人技能を組み合わせた連携プレーを使って、相手チームに応じた適切な作戦を考える。</p> <p>レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどの基本を着実に身につけ、多彩な連携プレーを組み立てる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●種目の特性とルールの理解、個人的技能、集団的の技能、試合、審判法を学ぶ</li> <li>◆仲間と意見交換ができ、建設的に発言できる</li> <li>*人と人が協力し合う大切さを学ぶ</li> <li>●チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。</li> <li>*ルールを守る大切さを理解する</li> </ul>	10	

		<p><b>ソフトボール</b></p> <p>ソフトボールの基本的な技能を身につけるとともに、それを集団的な技能に結びつけるための練習を積極的に行う。</p> <p>ゲームのなかで、チームの戦術と自己の役割を正しく理解し、適切なプレーをする。</p> <p>スローイング・キャッチング・バッティングなど個人的技能の基本を着実に身に付け、ダブルプレーなど集団的スキルのなかで正しく適用する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●種目の特性とルールを理解、個人的技能、集団的スキル、試合、審判法を学ぶ</li> <li>●チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。</li> <li>◆仲間と意見交換ができ、建設的に発言できる</li> <li>*チームの中で助け合う心が育つ</li> <li>*ルールを守る大切さを理解する</li> </ul>	10	
9		<p><b>陸上競技</b></p> <p>リレーを速く走るために、どのようなフォームで走ればよいか、どのようなスキルが必要であるか、また、どのようなトレーニングが効果的かなど、積極的に調べ取り組む。</p> <p>速く走るために、効果的な練習を、自己や集団の能力に応じて、考えながら実行する。</p> <p>バトンパスのスキルを身につけ、グループの能力に応じて、リレーゾーンを有効に利用し、グループとして速く走る。</p> <p>速く走るために必要な体力を高めるための、効果的な練習法やトレーニングについて、正しい知識をもつ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自己の能力に応じてスキルを高め、競技したり、記録を高めたりできるようにする。</li> <li>◆互いに協力するとともに、公正な態度がとれるようにする。</li> <li>◆計画的な練習や競技会の企画・運営ができるようにする。</li> <li>*助け合う事で、人に支えられて生きている事に気付く</li> </ul>	10	

		<p><b>フォークダンス</b></p> <p>基本的な技能を身につけ、身につけた踊りを誰とでも楽しく踊って、積極的に交流を図る。</p> <p>授業で学んだダンスを様々な交流の場面で、生かすことを考え、提案できるような行動をとる。</p> <p>様々な国の、異なった文化的な背景を持つ踊りのステップや動作を身につけ、みんなで楽しく踊る。</p>	<p>●日本の民謡や外国のフォークダンスの文化的な背景や、動きの特徴を理解し、自己の能力に応じた課題を選んで踊りを身につけたり、相手との対応の仕方を工夫したりして、みんなで楽しく踊って交流することができる。また、踊りを通して自国の文化や異文化の理解を深めることができるようにする。</p> <p>*人とのつながり, かかわりの中に自分がいることに気付く</p>		
10.53		<p><b>バスケットボール</b></p> <p>バスケットボールの基本的な集団技能や個人技能を身につけ、具体的な作戦を立てて、積極的にゲームに臨む。</p> <p>ゲームのなかで、その時々自らに求められるプレーを、チームメイトとの関係も考慮して適切に選択する。</p> <p>パス・ドリブル・シュートなど基礎的な技能を身につけ、ゲーム中の、オフense・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身につける。</p> <p>ゴールへのシュートを競い合うゲームの特性と技能の構造を正しく理解する。ゲームのルールを正しく理解し、審判法を身につける。</p>	<p>●種目の特性とルールの理解、個人的技能、集団的技能、試合、審判法を学ぶ</p> <p>●チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。</p> <p>◆仲間と意見交換ができ, 建設的に発言できる</p> <p>*チームの中で助け合う心が育つ</p> <p>*ルールを守る大切さを理解する</p>	10	

	<p>サッカー</p>	<p>サッカーの基本的な技能を身につけるとともに、それを集団的な技能に結びつけるための練習を積極的に行う。</p> <p>ゲームのなかで、その時々により自らに求められるプレーを、チームメイトとの関係も考慮して適切に選択する。</p> <p>足を使ったパス・ドリブル・シュート、ヘディング・ゴールキーピングなどの基礎的な技能を身につけ、オフフェンス・ディフェンス・ゴールキーパーとの連携など、ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して有効な動きを身につける。</p> <p>ゴールへのシュートを競い合うゲームの特性と技能の構造を正しく理解する。ゲームのルールを正しく理解し、審判法を身につける。</p>	<p>●種目の特性とルールの理解、個人的技能、集団的技能、試合、審判法を学ぶ</p> <p>●チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。</p> <p>◆仲間と意見交換ができ、建設的に発言できる</p> <p>*チームの中で助け合う心が育つ</p> <p>*ルールを守る大切さを理解する</p> <p>*全ての動きが集団行動であり、協力する事が大きな力になる事を学ぶ</p>	10	
--	-------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----	--

《学習内容についての補足説明》

(1) 服装について

- ・学校規定の体操服を着用すること。
- ・白を基調としたスポーツシューズを使用することが望ましい。  
(革靴等は不可)
- ・靴下の色は白・紺・黒の、無地のソックスを着用すること。

(2) 体操服の更衣について

- 〈男子〉・グラウンド、体育館とも教室で更衣をすること。  
・武道の場合は武徳殿とする。
- 〈女子〉・グラウンド、体育館とも体育館横の女子更衣室を使用すること。  
女子更衣室に体育館シューズ、私物を置かない。

- ・貴重品については、各自が活動場所に持参し、貴重品袋に入れること。なお、体育委員は貴重品袋を持って出てくること。

・更衣の時期について

- 夏服・・・ 6月1日から
- 冬服・・・ 10月1日から      \*なお、通年、夏服でも構わない

- ・部室での更衣は禁止する。

(3) 体育委員について

- ・体育委員は授業当日朝に担当教員のところにきて、授業内容・準備物・場所等の指示を仰ぐこと。
- ・男子2～4列横隊、女子2列横隊で整列させ、チャイムと同時に体育委員の指揮でラジオ体操を始める。

(4) 体育館の使用法について

- ・規定の体育館シューズを使用すること。部活動で使用しているシューズは使用してはいけない。
- ・体育館の簀の子の部分は体育館シューズで歩いてよいが、それ以外は禁止する。

(5) 見学について

- ・実技ができず見学をする場合は、授業が始まるまでに担当教員に申し出て、指示を仰ぐこと。
- ・見学の場合、体操服に着替えて出ること。(発熱等の場合は指示を仰ぐこと)
- ・長期(3週間以上)病気や怪我等で見学する場合は、学校所定の診断書を提出すること。
- ・見学する場合、見学レポートを提出しなければならない。

(6) 一般的注意事項について

- ・体調管理は十分に行い、体調が悪い場合には無理をせず担当教員に申し出ること。
- ・時計は危険防止のために、はずしておくこと。

- ・全ての持ち物には、よくわかるように名前を記入しておくこと。
- ・体操服の貸し借りはしないこと。
- ・体育施設等の危険箇所を発見した場合は、すみやかに担当教員に連絡すること。
- ・体育施設や用具を破損した場合は、必ず担当教員に申し出ること。

(7) 評価について

定期テスト、パフォーマンステスト、グループノート、課題・調査レポート、調査・発表態度の観察、受講態度の観察、出欠・遅刻状況などの方法を用いて、『関心・意欲・態度』『思考・判断』『運動の技能』『知識・理解』を評価します。

科目名	体育理論	使用教材	教科書 MY SPORTS (大修館) 現代保健体育 (大修館)
担当	田中 健一		副教材 現代保健ノート (大修館)
単位数	2年次 2単位 (前後期)	評価方法	定期考査 ノート提出 授業への取り組み (関心・意欲・態度) 出欠状況

### 学習到達目標

- ① 運動技能を構造的にとらえ、その上達過程と上達の程度を把握する方法を身につけます。
- ② 運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動するとともに、公正、協力、責任や健康、安全に留意する態度を身に付けます。
- ③ 各種の運動技能や体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付け、運動に親しむための学び方を身につけます。
- ④ 現代社会におけるスポーツの意義や必要性を理解し、豊かなスポーツライフを実現するための知識や方法を身に付けます。

### ★授業について

- ・ 変化する現代社会におけるスポーツの意義や必要性を理解できるようにするとともに、運動にはそれぞれ歴史・文化的に形成された意義、独自の技術・戦術及び規則があることを理解できるようにする。
- ・ 個人及び集団の状況に応じたスポーツとの関わり方や豊かなスポーツライフの設計と実践について理解できるようにする。
- ・ 運動技能を構造的に理解できるようにするとともに、その上達過程と上達の程度を把握する方法を理解できるようにする。
- ・ 2時間連続の授業になるため、講義と実技を1時間ずつ行います。

評価について		評価方法
関心・意欲・態度	・ 積極的、意欲的な学習・興味関心、態度・自発的、自主的な学習	・ 授業中への取り組み方 ・ ノート提出
思考・判断	・ 自分のこれまでの学習や体験、資料、などをもとにしたり、他人の意見や考えを聞いたりして、課題の設定や解決の方法を考え、判断しているか。	・ 授業中の行動観察 ・ 実技
知識・理解	・ 適切な生活行動を選択し、実践すること、及び環境を改善していく努力が必要であることを理解しているか。 ・ 個人生活及び社会生活の健康や安全について、課題解決に役立つ知識を身につけているか	・ 定期考査

月	単元	目標	学習の要点	
4	体育編 社会の変化とスポーツ ・現代生活とスポーツ	○社会の変化が、私たちの日常生活をどのように変え、スポーツとの新しい関わり方とその意義が説明できる。	● 日常生活の変化とスポーツのかかわりを理解する ● 社会から見たスポーツの意義を理解する ● スポーツによる経済波及効果があることを学ぶ ◆ スポーツに対する考え方が変わる ◆ 違う角度からスポーツを見ることが出来る * 色々な競技大会においてたくさんの支えがあることを知り「感謝」の念を感じる	
5	・競技スポーツの意義 ・スポーツの社会的役割	○競技スポーツの現状について理解する。 ○スポーツが経済活動におよぼす影響を理解する。		
6	・スポーツのはじまりと変遷 ・スポーツと国際社会	○スポーツのはじまりと発展について説明できる。 ○文化としてのスポーツの意義を民族スポーツの例をあげながら説明できる。		
7	・ライフステージとスポーツ	○人生80年時代における自由時間活用の観点から、スポーツ活動の重要性を説明できる。		
9	・文化としてのスポーツと関わり方 ・地域におけるスポーツライフ	○文化としてのスポーツを説明できる。 ○地域におけるスポーツの現状を調べ、その内容を整理して自分のスポーツライフに生かすことができる。		
10	・ライフスタイルとスポーツ  体育編 運動技能の構造と運動の学び方 ・運動技能の仕組みとそのとらえ方	○自分のスポーツ歴を評価し、スポーツへのかかわり方を計画的に考え、実践する事ができる。  ○運動技能を構造的に説明できる。		
11	・運動技能の上達	○運動技能の上達過程を説明できる。		
12	・運動技能を高める練習のしかた	○運動技能を高める練習のポイントと工夫を説明できる。		
				● 運動技能の仕組みを理解する ● 運動技能の上達過程や高め方を知り練習の方法を考えれる

<p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>・運動の計画的な学び方</p>	<p>○運動の特性を理解し、それに応じた学び方の工夫の仕方や、学び方の手順を説明できる。</p>	<p>* 部活動における指導などと比べて考える事ができ、指導者に対する「感謝」の念が生まれる</p>
----------------------------	--------------------	--------------------------------------------------	----------------------------------------------------

科目名	体育(女子)	使用教材	教科書 MY SPORTS (大修館)
担当	田中健一・森政芳寿		
単位数	2年次 2単位必修(前後期)	評価方法	各種目実技試験およびルール試験・新体力テスト 授業への取り組み(関心・意欲・態度) 出欠状況

### 学習到達目標

- ① 運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動するとともに、公正、協力、責任や健康、安全に留意する態度を身に付けます。
- ② 自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え工夫する力を身に付けます。
- ③ 各種の運動技能や体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付け、運動の技能や体力の向上を図る。
- ④ 現代社会におけるスポーツの意義や必要性を理解し、豊かなスポーツライフを実現するための知識や方法を身に付けます。

### ★授業について

- ・人間には生まれながらに「活動」の欲求が備わっており、「運動」することで爽快な気分になり思考力も高まります。つまり、私たち人間は「動く楽しさ」を本能的に知っているわけです。小学校や中学校で経験してきたように、生徒諸君は「体育」の授業を通して「運動」する機会を定期的にと与えられてきました。本能的な欲求を満たすことができるその時間はきっと楽しかったに違いありません。そして、その中で経験したいろいろな運動や活動によって現在の「健康と体力」を身に付けてきたのです。たくましい「健康と体力」は、変化の激しいこれからの社会を生きる力の源であることはいまでもありません。
- ・人間の本能でもある「動く楽しさ」に「分かる楽しさ(思考判断・知識理解)」「できる楽しさ(運動技能)」「仲間とかかわる楽しさ(関心意欲態度)」が加わることで、運動の楽しさや喜びはさらに膨らみます。運動を科学的に理解し実践することにより、その楽しさを十分に味わうことができるよう自ら進んで運動しようとする意欲をもちましょう。そして、生徒諸君が生涯にわたり運動に親しみ、豊かなスポーツライフを実現できるように、そのための基礎をつくるのが「体育」の授業です。

評価について		評価方法
関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら進んで計画的に運動しようとする。</li> <li>・公正、協力、責任などの態度が身に付いている。</li> <li>・健康・安全に留意して運動しようとしている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業中の行動観察</li> <li>・グループノートの確認</li> </ul>
思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・授業中の行動観察</li> <li>・グループノートの確認</li> </ul>

運動の技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めている。</li> <li>自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>授業中の行動観察</li> <li>グループノートの確認</li> <li>種目別実技試験</li> <li>ゲームの結果分析</li> </ul>
知識・理解	<ul style="list-style-type: none"> <li>社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し、知識を身に付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>授業中の行動観察</li> <li>グループノートの確認</li> <li>種目別ルール試験</li> </ul>

## 学習の計画

●要点 ◆学習習慣・学びの発展 \*心の成長

月	週	単元	目標	学習の要点	時間数	
					予定	実施
4		集団行動 方向転換 集合 整頓 番号 解散 列の増減 行進	方向転換 集合 整頓 番号のかけ声 解散列の増減 行進が規律をもってできるようにする	<ul style="list-style-type: none"> <li>●集団行動の主な様式を身につける</li> <li>◆集団の約束や決まりを守って機敏、的確に行動する。</li> <li>*集団のなかでお互いに守るべきルールを理解できる</li> </ul>	4	
4 5		新体力テスト 握力 上体起こし 長座体前屈 反復横跳び 持久走・20mシャトルラン 50m走 立ち幅跳 ハンドボール投	<p>体力、運動能力の現状を確かめ不足している能力を高めさせ、ますます心身を鍛練する。</p> <p>自分の体に関心をもち、体力や生活に応じた課題をもって、体ほぐしをしたり、体力を高めたりするとともに、これらの運動を生活の中で実践できるようにする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自分の基礎体力の数値を知ること、昨年度からの成長や弱い部分を見つけだし、体づくりの参考資料とする。</li> <li>*昨年記録や他の生徒との記録を比べる事により「向上心」が芽生える</li> </ul>	6	
5 7		バレーボール	<p>バレーボールの基本的な個人技能や集団技能を身につけ、チームの特徴を生かした攻撃と防御の連携プレーをゲームで発揮する。</p> <p>チーム内で、個人技能を組み合わせた連携プレーを使って、相手チームに応じた適切な作戦を考える。</p> <p>レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどの基本を着実に身につけ、多彩な連携プレーを組み立てる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●種目の特性とルールの理解、個人的技能、集団的技能、試合、審判法を学ぶ</li> <li>◆仲間と意見交換ができ、建設的に発言できる</li> <li>*人と人が協力し合う大切さを学ぶ</li> <li>●チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。</li> <li>*ルールを守る大切さを理解する</li> </ul>	10	

		<p><b>ソフトテニス</b></p> <p>ソフトテニスの基本的な技能を身につけるための効果的な練習方法を考え、積極的に実行する。</p> <p>ネットを隔ててダブルスを主体にゲームを行い、2人のコンビネーションや力量にあわせて様々なゲーム展開を行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●種目の特性とルールを理解、個人的技能、集団的技能、試合、審判法を学ぶ</li> <li>◆仲間と意見交換ができ、建設的に発言できる</li> <li>*人と人が協力し合う大切さを学ぶ</li> <li>●チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。</li> <li>*ルールを守る大切さを理解する</li> </ul>	10	
9		<p><b>陸上競技</b></p> <p>リレーを速く走るために、どのようなフォームで走ればよいか、どのような技能が必要であるか、また、どのようなトレーニングが効果的かなど、積極的に調べ取り組む。</p> <p>速く走るために、効果的な練習を、自己や集団の能力に応じて、考えながら実行する。</p> <p>バトンパスの技能を身につけ、グループの能力に応じて、リレーゾーンを有効に利用し、グループとして速く走る。</p> <p>速く走るために必要な体力を高めるための、効果的な練習法やトレーニングについて、正しい知識をもつ。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自己の能力に応じて技能を高め、競技したり、記録を高めたりできるようにする。</li> <li>◆互いに協力するとともに、公正な態度がとれるようにする。</li> <li>◆計画的な練習や競技会の企画・運営ができるようにする。</li> <li>*助け合う事で、人に支えられて生きている事に気付く</li> </ul>	10	
		<p><b>フォークダンス</b></p> <p>基本的な技能を身につけ、身につけた踊りを誰とでも楽しく踊って、積極的に交流を図る。</p> <p>授業で学んだダンスを様々な交流の場面で、生かすことを考え、提案できるような行動をとる。</p> <p>様々な国の、異なった文化的な背景を持つ踊りのステップや動作を身につけ、みんなで楽しく踊る。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●日本の民謡や外国のフォークダンスの文化的な背景や、動きの特徴を理解し、自己の能力に応じた課題を選んで踊りを身につけたり、相手との対応の仕方を工夫したりして、みんなで楽しく踊って交流することができる。また、踊りを通して自国の文化や異文化の理解を深めることができるようにする。</li> <li>*人とのつながり、かかわりの中に自分がいることに気付く</li> </ul>		

10. 3	バスケットボール	<p>バスケットボールの基本的な集団技能や個人技能を身につけ、具体的な作戦を立てて、積極的にゲームに臨む。</p> <p>ゲームのなかで、その時々自らに求められるプレーを、チームメイトとの関係も考慮して適切に選択する。</p> <p>パス・ドリブル・シュートなど基礎的な技能を身につけ、ゲーム中の、オフェンス・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身につける。</p> <p>ゴールへのシュートを競い合うゲームの特性と技能の構造を正しく理解する。ゲームのルールを正しく理解し、審判法を身につける。</p>	<p>●種目の特性とルールの理解、個人的技能、集団的 skill、試合、審判法を学ぶ</p> <p>●チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。</p> <p>◆仲間と意見交換ができ、建設的に発言できる</p> <p>*チームの中で助け合う心が育つ</p> <p>*ルールを守る大切さを理解する</p>	10
	バドミントン	<p>バドミントンの基本的な技能を身につけるための効果的な練習方法を考え、積極的に実行する。</p> <p>相手の動きやフライトの特徴に対して、より有効な攻撃を考え、ゲームに生かす。ダブルスでは、パートナーの特徴を生かした攻撃を考える。</p> <p>ハイクリア・ドロップ・ドライブ・スマッシュなどの打法やサービス・レシーブなどの基本を着実に身につけ、多彩なプレーを組み立てる。</p> <p>ネット型のゲームの特性や、バドミントンのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための正しい知識をもつ。</p>	<p>●種目の特性とルールの理解、個人的技能、集団的 skill、試合、審判法を学ぶ</p> <p>●チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。</p> <p>◆仲間と意見交換ができ、建設的に発言できる</p> <p>*チームの中で助け合う心が育つ</p> <p>*ルールを守る大切さを理解する</p>	20

### 《学習内容についての補足説明》

#### (1) 服装について

- ・学校規定の体操服を着用すること。
- ・白を基調としたスポーツシューズを使用することが望ましい。  
(革靴等は不可)
- ・靴下の色は白・紺・黒の、無地のソックスを着用すること。

#### (2) 体操服の更衣について

〈男子〉・グラウンド、体育館とも教室で更衣をすること。

・武道の場合は武徳殿とする。

〈女子〉・グラウンド、体育館とも体育館横の女子更衣室を使用すること。

女子更衣室に体育館シューズ、私物を置かない。

・貴重品については、各自が活動場所に持参し、貴重品袋に入れること。なお、体育委員は貴重品袋を持って出てくること。

・更衣の時期について

夏服・・・ 6月1日から

冬服・・・ 10月1日から                   \*なお、通年、夏服でも構わない

・部室での更衣は禁止する。

(3) 体育委員について

・体育委員は授業当日朝に担当教員のところにきて、授業内容・準備物・場所等の指示を仰ぐこと。

・男子2～4列横隊、女子2列横隊で整列させ、チャイムと同時に体育委員の指揮でラジオ体操を始める。

(4) 体育館の使用法について

・規定の体育館シューズを使用すること。部活動で使用しているシューズは使用してはいけない。

・体育館の簀の子の部分は体育館シューズで歩いてよいが、それ以外は禁止する。

(5) 見学について

・実技ができず見学をする場合は、授業が始まるまでに担当教員に申し出て、指示を仰ぐこと。

・見学の場合、体操服に着替えて出ること。(発熱等の場合は指示を仰ぐこと)

・長期(3週間以上)病気や怪我等で見学する場合は、学校所定の診断書を提出すること。

・見学する場合、見学レポートを提出しなければならない。

(6) 一般的注意事項について

・体調管理は十分に行い、体調が悪い場合には無理をせず担当教員に申し出ること。

・時計は危険防止のために、はずしておくこと。

・全ての持ち物には、よくわかるように名前を記入しておくこと。

・体操服の貸し借りはしないこと。

・体育施設等の危険箇所を発見した場合は、すみやかに担当教員に連絡すること。

・体育施設や用具を破損した場合は、必ず担当教員に申し出ること。

(7) 評価について

定期テスト、パフォーマンステスト、グループノート、課題・調査レポート、調査・発表態度の観察、受講態度の観察、出欠・遅刻状況などの方法を用いて、『関心・意欲・態度』『思考・判断』『運動の技能』『知識・理解』を評価します。