

教科名	科目名	単位数	年・組
保健体育	体育	3	3年・全

使用教科書	副教材
アクティブスポーツ (大修館書店)	健康手帳 (大修館書店)

1. 学習の目標

○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するとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、健康・安全に留意し、公正・協力・責任などの態度を育て、生涯を通して継続的に運動する態度や能力を育てる。

2. 評価内容

1. 関心・意欲・態度	2. 考え方・判断	3. 技能・表現	4. 知識・理解
各種目の特性に関心をもち、自ら選び、自ら学ぶ意欲で生涯スポーツと結びつけ、積極的に参加することができる。	自己の能力・適性や関心に応じた種目選択をし、課題解決のための練習方法等を自ら計画し、実践することができる。	自己の身体や動きに対する意識・知覚を養い、種目の特性に応じた技能を身につけることができる。	自己の選択、計画、活動を自己評価し、自身への理解を深めると共に、ルールやマナー、安全に関する知識を身につけ、ゲーム等の運営ができる。

3. 学習計画および学習内容等

学期	月	単元・学習項目	学習計画および学習内容	評価方法
1	4	○集団行動	・整列、列の増減、行進、ラジオ体操	特性を理解しグループ別学習を協力して行なえる。 測定項目から自己の体力課題を把握し、改善策を考える。
		○スポーツテスト	・50m走、持久走、ハンドボール投げ、立ち幅跳び、握力 長座体前屈、反復横跳び、上体起こし、肺活量	
	5	○球技Ⅰ (選択制) ・バスケットボール	・個人技能 (パス、ドリブル、シュート) ・集団技能 (1対1、2対1、2対2、3対2、3対3、オフ フェンス、ディフェンス等) ・簡易ゲーム、試合	・種目特性を理解し、基本的な技能を身につける事ができる。 ・練習法などを理解し、仲間と協力して実施できる。 ・各種目の特性やルールを理解し、課題の研究ができる。 ・安全に留意し、公正な姿勢で練習や試合が実施できる。
		・ソフトボール	・個人技能 (送球、投球、捕球、打撃、走塁) ・集団技能 (シートバッティング、シートノック) ・簡易ゲーム、試合	
		・ハンドボール	・個人技能 (パス、ドリブル、シュート) ・集団技能 (3対2、3対3、オフフェンス、ディフェンス等) ・簡易ゲーム、試合	
	6	○水泳	・バタフライ (キック、プル、リカバリー、呼吸、コンビネーション) ・個人メドレー (バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ・自由形) ・横泳ぎ ・救助法 (人工呼吸、心肺蘇生法等の実習)	・基本的技能を身につけ、25m泳ぐ事ができる。 ・救助法について理解し、緊急時の対応について理解する。 ・各種目の特性や課題の研究ができる。 ・安全に留意して実施できる。

2	9	○球技Ⅱ（選択制） ・ソフトテニス	<ul style="list-style-type: none"> ・個人技能（ストローク、ボレー、サービス、スマッシュ） ・ダブルスのコンビネーション等 ・簡易ゲーム、試合 	<ul style="list-style-type: none"> ・種目特性を理解し、基本的な技能を身につける事ができる。 ・練習法などを理解し、仲間と協力して実施できる。
	10	・バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> ・個人技能（パス、サービス、スパイク、ブロック、レシーブ） ・集団技能（三段攻撃等） ・簡易ゲーム、試合 	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目の特性やルールを理解し、課題の研究ができる。 ・安全に留意し、公正な姿勢で練習や試合が実施できる。
	11	・卓球	<ul style="list-style-type: none"> ・個人技能（サービス、ストローク、スマッシュ） ・シングルス、ダブルスのコンビネーション等 ・簡易ゲーム、試合 	<ul style="list-style-type: none"> ・種目特性を理解し、基本的な技能を身につける事ができる。 ・練習法などを理解し、仲間と協力して実施できる。
		○軽スポーツ ニュースポーツ	<ul style="list-style-type: none"> ・各種のスポーツに挑戦する ・個人技能 ・集団技能 ・簡易ゲーム、試合 等 	<ul style="list-style-type: none"> ・各種目の特性やルールを理解し、課題の研究ができる。 ・安全に留意し、公正な姿勢で練習や試合が実施できる。

※ 上記の内容は、進捗によって変更される場合がある。