

教科	科目名	単位数	学年	学科 または コース	履修
保健体育	体育	3	1	全学科	必修

科目のねらい	<p>① 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わせる。</p> <p>② 体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。</p>
使用教材など	最新高等保健体育

期	月	学習内容	学習のポイント
一学期	4	「体育」学習について 体づくり運動（9時間）  バレーボール（10時間）  体育理論	体づくり運動 ・体力や生活に応じて、体の調子を整えるなどの体ほぐしの運動を中心に行います。 ・ボールを用いて、集団的技能や個人的技能を発揮し、作戦を立てたり工夫をすることの楽しさや喜びを味わいます。
	5		
	6		
	7		
二学期	8	バスケットボール（12時間）  陸上競技（長距離走）（7時間）  卓球／バドミントン（22時間）  ・体育理論	・ボールを用いて、集団的技能や個人的技能を発揮し、作戦を立てたり工夫をすることの楽しさや喜びを味わいます。 ・自分の能力に応じたペースで走ったり、記録に挑戦したりします。 「現代的なリズムのダンス」をみんなで一緒に踊ったりします。 ・集団的技能や個人的技能を発揮し、作戦を立てたり工夫をすることの楽しさや喜びを味わいます。
	9		
	10		
	11		
三学期	1	・スキー（12時間） ・体育理論	スキー 回転の技能を修得し、斜面や雪の状態に適應できるようにします。
	2		
	3		

評価項目・学習にあたって・評価点		
①関心・意欲・態度	主体的に取り組み、ルールやマナーを守り、安全に留意しながら授業に参加しましょう。	各学期の成績と、各領域（各運動や理論）の成績を総合して、学年の学習成績とします。
②運動の技能	身に付けた技能や動き等を高めたり、攻防や動きの質を高めて記録や技に挑戦しましょう。	
③思考・判断 ④知識・理解	各種目の特性を理解し、自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ、克服しましょう。	