

体 育

教 科	保健体育	単位数	2	学科・学年	全科 1年
使用教科書	現代高等保健体育 改訂版（大修館）			副教材等	アクティブスポーツ2019「総合版」

「体育」はどんな科目？

- 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つけます。
- 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つけます。
- ③ 運動能力や体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけ、運動の技能や体力を向上させます。
- 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つけます。

「体育」の学習の特徴は？

- ・ 人間は生まれながらに「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。
- ・ 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（運動の技能）」「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持ちましょう。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。

「体育」で大切なこと（留意点）は？

☆得意、不得意にかかわらず、「やってみよう」という気持ちが重要です。教えあいの姿を尊重し、仲間とともに技術と体力の向上をめざしましょう。

1 学習の計画（どのような内容を、どの時期に学ぶのかを含む。）

月	単 元 名	主な学習活動（指導内容）と評価のポイント	評 価 方 法
4 5	体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・ オリエンテーション ・ 心身のさまざまな部位を動かすことで心地よさや楽しみを味わう。 ・ 仲間と活動を通して交流を深める。 ・ 自ら身体活動を創意工夫することにより、自己に適した実践力を身につける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 授業態度（頭髪・服装・装飾品等） ・ 授業ノート ・ 出欠席状況（見学・遅刻等） ・ 授業準備
6 7	球技 ・ バレーボール 体育理論 (2時間)	<ul style="list-style-type: none"> ○ 個人の技能向上と集団の連携・協力をめざす。 ・ 種目の特性を理解し、個人やチームの能力を把握する。 ・ ゲームなどを通して、その種目の楽しさを味わいながら個人やチームの課題を設定し、その解決に向けての練習を工夫する。 ・ 運動の意義や動きの工夫について理解し、運動について考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 授業準備 ・ 技能チェック ・ 試合（勝敗） ・ 授業態度（頭髪・服装・装飾品等） ・ 体育理論は筆記試験

7	・バレーボール	<ul style="list-style-type: none"> 個人やチームの能力に応じて作戦を立て、持っている技能を最大限に活用しゲームを行う。 ゲームの企画や運営、審判を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 授業ノート 出欠席状況 (見学・遅刻等)
8 9 10	球 技 ・サッカー	<ul style="list-style-type: none"> ○個人の技能向上と集団の連携・協力をめざす。 種目特性を理解し、個人やチームの能力を把握する。 ゲームなどを通して、その種目の楽しさを味わいながら個人やチームの課題を設定し、その解決に向けての練習を工夫する。 個人やチームの能力に応じて作戦を立て、持っている技能を最大限に活用しゲームを行う。 ゲームの企画や運営、審判を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 授業準備 技能チェック 試合(勝敗) 授業態度 (頭髪・服装・装飾品等) 授業ノート 出欠席状況 (見学・遅刻等)
11	器械運動 ・マット運動	<ul style="list-style-type: none"> ○体の使い方や運動のコツを理解し、技の習得や、演技の構成に必要な課題に対して努力する。 課題解決のために工夫できるようにするとともに、達成の喜びを味わう。 種目の特性を理解し、個人の能力を把握する。 自己の能力に応じて、技を習得し、技が円滑にできる姿を目指しさまざまな課題の解決に取り組む。 演技の発表をする。 	<ul style="list-style-type: none"> 授業準備 技能チェック 連続技 演技会 授業態度 (頭髪・服装・装飾品等) 授業ノート 出欠席状況 (見学・遅刻等)
12	体育理論 (2時間) ・マット運動	<ul style="list-style-type: none"> ・スポーツを文化としてとらえ、その変容とオリンピックムーブメントについて考える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体育理論は筆記試験
13	球 技 ・バスケットボール 体育理論 (2時間)	<ul style="list-style-type: none"> ○個人の技能向上と集団の連携・協力をめざす。 種目特性を理解し、個人やチームの能力を把握する。 ゲームなどを通して、その種目の楽しさを味わいながら個人やチームの課題を設定し、その解決に向けての練習を工夫する。 個人やチームの能力に応じて作戦を立て、持っている技能を最大限に活用しゲームを行う。 スポーツと経済について考え、ドーピングに関して自己の考えをしっかり持つ。 ゲームの企画や運営、審判を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 授業準備 技能チェック 試合(勝敗) 授業態度 (頭髪・服装・装飾品等) 授業ノート 体育理論は筆記試験 出欠席状況 (見学・遅刻等)
	授業を終えて 授業評価	<ul style="list-style-type: none"> ・1年間の学習により何が学べたか振り返る。 ・体育授業を振り返り自分にとってどんな意味があったのか総括する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケート実施 ・授業評価表記入

[学習内容についての補足説明]

- ・体育の授業では誰もが運動の楽しさを味わうことができます。そのためには自ら進んで運動しましょう。
- ・何かの「つまずき」によって生じた運動に対する苦手意識は、その原因を探ることで解決できます。同様に体育の授業では、自分や仲間の「つまずき」の原因＝「課題」を見つけ出そうとする意識が大切です。自分自身にとどまらず仲間の心や体の状態に目を向け、課題の解決方法を工夫しましょう。
- ・体育の服装は学校指定の体育服を着用しますが、使用後は必ず洗濯をして衛生面に配慮してください。
- ・授業はチャイムと同時に開始しますので、活動場所への移動は休み時間内に完了してください。
- ・見学者は授業前に担当教諭に申し出て指示を受けてください。
- ・貴重品の管理はしっかり行ってください。体育の活動場所でも貴重品ボックスにて管理できます。

2 評価の観点・方法（及び年間の評定）

評価は、次の4つの観点から行います。

評価の観点と内容		評価方法
関心・意欲・態度	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、個人生活および社会生活における健康・安全について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	<ul style="list-style-type: none"> ・授業準備 ・授業態度（頭髪、服装等） ・授業ノート ・出欠席状況（見学・遅刻等）
思考・判断	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫している。また、個人生活および社会生活における健康・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。	<ul style="list-style-type: none"> ・グループノートの確認 ・小テスト ・レポート ・競技運営
運動の技能	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。	<ul style="list-style-type: none"> ・技能チェック ・記録会や発表会 ・試合（勝敗）
知識・理解	運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項及び生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する為の理論について理解している。また、個人生活及び社会生活における健康・安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	<ul style="list-style-type: none"> ・授業中の行動観察 ・体育理論に関しては筆記試験

1年間の評定は、1・2・3学期の年間を通して、上記の内容を総合的に判断して決定します。

3 特に強調しておきたい点（留意すべき点・担当者からのメッセージを含む。）

「体育の授業が待ち遠しくて仕方がない」くらい楽しみな時間にしたいものです。そのためには、ただ体を動かすだけでなく仲間と課題を見つけ出し、科学的な理解のもとに運動する習慣を身につけることが大切です。そして、この積み重ねが運動技能や体力の向上につながるとともに一層の楽しさへと発展し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現する糧となるのです。