

教科・科目	保健体育・体育	単位数	3	学年・学級	1年必修
使用教科書	現代高等学校保健体育（大修館）	副教材	ステップアップ高校スポーツ2023（大修館）		

学校教育目標		郷土を愛し　たくましく生きよう　自ら学ぶ意欲を　持ち続けよう						
育成を目指す資質・能力		傾聴力		協働力	○	議論する力	○	
		自省力	○	理解力	◎	批判力		
		自己実現力	○	表現力	◎	情報活用力	○	
学習の到達目標		①運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身につけることができる。 ②生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 ③生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正・協力・参画などの態度を養う事ができる。						
評価の観点	①　知識・技能		②　思考・判断・表現		③　主体的に学習に取り組む態度			
A 活用できる	運動の多様性や体力の必要性の理解を基に自己の能力と運動の特性に応じた段階的な技能を身につけ、運動の楽しさや喜びを味わうことができる。		既習の知識や技能を活用して、自己や仲間の課題に応じた合理的・計画的解決方法を思考・判断し、他に伝えることができる。		一人一人の違いを大切にし、仲間の感情に配慮してチームやグループの意志決定に自主的に運動に参加することができる。			
B わかる・できる	運動の多様性や体力の必要性の理解を基に自己の能力と運動の特性に応じた技能を身につけ、運動の楽しさや喜びを味わうことができる。		自己の課題に応じた合理的・計画的解決方法を思考・判断することができる。		一人一人の違いを大切にし、運動に自主的に参加することができる。			
C 努力を要する	運動の必要性を理解し、自己の能力に応じた運動の技能を身につけることに努力を要する。		自己の課題を把握することや、課題解決の方法を思考することに努力を要する。		運動に自主的に参加することに努力を有する			
具体的な改善方法	・理解できなかったルールや技術はは、その日のうちに解決する。 ・技術練習を繰り返し行う。		・解答までの過程を丁寧に記述する。 ・発表やグループでの話し合いなどで、自分の考えを表現する		・あきらめず粘り強く取り組む ・分野ノートがある場合は必ず提出する。 ・準備、片付けを率先して行う。			
評価基準 (各１０段階)	A	10	～	8	A	10	～	8
	B	7	～	3	B	7	～	3
	C	2	～	1	C	2	～	1
評価の方法		評価の方法		評価の方法				
・小テスト（ルール確認テスト） ・ワークシート		・ワークシート ・評価問題□ワークシート課題学習□ ・発表資料		・ワークシート ・授業の様子				

【学習計画】

月	単元	学習の目標	評価の観点			評価の方法	自己評価	実際評価
			①	②	③			
4	体作り運動 集団行動	- 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則について理解できる。 - 自己や仲間の課題を発見し、運動の取り組み方を工夫し、他者に伝えることができる。 - 整列や礼法等集団での行動やマナーを身につけるために、互いに協力して運動できる。	○	○	○	実技テスト		
5	機械運動	- よい演技を讀えようとし、自己の責任を果たすことができる - 滑らかに安定した基本的な技、条件を変えた技、発展技のいずれかを行うことができる。 - 技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。	○	○	○	実技テスト ワークシート 行動観察		
6	ダンス（学校祭）	互いの良さを認め合い、助け合い教えあうことができるなど自主的に取り組むことができる。		○		行動観察		

		・体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともにダンスを楽しむための活動方法や修正の仕方を身につけることができる。 ・テーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方に変化をつけた作品を踊ることができる。	○ ○ ○			
7	陸上競技 (新体力テスト)	・体力のレベルについて理解し、自己の体力を知ることができる ・積極的に測定に取り組み、結果をもとに運動計画を立てることができる。 ・中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることができる。	○ ○ ○ ○ ○	実技テスト ワークシート 行動観察		
8	球技 (ソフトボール)	・ルールやマナー、フェアプレイを大切にすることができる。	○	実技テスト		
9		・安定したバット操作、ボール操作をすることができる。	○	ワークシート		
10		・技術の名称やルールについて、具体例を挙げて伝えることができる。 ・攻防などの自己やチームの課題を発見し、解決に向け工夫することができる。	○ ○	行動観察		
10	球技 (バレー)	・作戦などの話し合いに貢献することや、互いに助け合い技術の習得をすることができる。	○	実技テスト ワークシート		
11		・ルールやマナー、フェアプレイを大切にすることができる。	○	○ 行動観察		
12		・役割に応じたボール操作と空間を作り出す動きをすることができる。	○			
1	(バスケットボール)	・役割に応じたボール操作と連携した動きによって空いた場所を巡る攻防をすることができる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えを他者に伝えることができる。	○			
2	スキー	・基本的なスキー理論を理解し、安全なスキー技術を習得することができる	○ ○ ○	行動観察 レポート		
3	体育理論 (各単元の最初に実施)	・運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解することができる。 ・自己や仲間のよりよい解決に向けて思考、判断し他者に伝えることができる。 スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について（意見を交換したり、自分の考えを発表したりするなどの）活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。	○ ○ ○	行動観察 ワークシート		

🔗 最終評価（自己評価／実際評価）

① 知識・理解	② 思考・判断・表現	③ 主体的に学習に取り組む態度