

単 位 数	教 科 担 当 者	使用教科書 ・ 補助教科書 ・ その他
3 単位		新保健体育 (大修館書店)
○ 必 履 修 学校必履修 必修選択 自由選択	諫 見 雅 隆 松 井 賢 一 楫 野 美 穂	

## ◆学習の目標

- ・ 各種の運動の合理的な実践を通して運動の技能を高め、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。
- ・ 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ができる資質や能力を育てる。

## ◆主な学習内容・方法

- (1) 体づくり運動・体育理論・スポーツテスト
- (2) ダンス・バスケットボール・ラグビー・水泳・ソフトボール・バレーボール  
陸上競技 (長距離走)

## ◆到達目標と評価の観点

## [標準]

- ・ 自らの課題を理解し、その解決のために主体的に取り組むことができているか。
- ・ 各種の運動を楽しむことができる知識、技術が習得できているか。

## [応用]

- ・ 運動の合理的計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるか。

## [評価の観点]

- ・ 技能・運動、態度、知識・思考・判断

## ◆評価の方法

- ・ 各種目の担当者が実施する実技試験、及び見学を含む出席状況等平常の取り組みの結果も加味し、総合的に評価する。

## ◆年間予定授業時間

予定回数	105 時間	1 学期 ( 39 時間 ) 2 学期 ( 42 時間 ) 3 学期 ( 24 時間 )
------	--------	--

◆学習のしかた（予習・復習・宿題・課題・その他）

<ul style="list-style-type: none"> <li>・ グループ又は個人が競技に対しての課題を明確にし、それに向けての努力解決を目指す。</li> <li>・ スポーツを通して、ルールや協調性を理解し、安全面を配慮しながらすこやかな心身の獲得を目指す。</li> </ul>
--

◆授業計画

学期	月	単元 ・ 教材等	学習の内容	注意すべきこと
一 学 期	4	スポーツテスト 体づくり運動 体育理論	50m走 ハンドボール投げ シャトルラン 立ち幅跳び 反復横とび 長座体前屈 握力 上体起こし（6時間）	自己の健康状態を把握し、安全に測定できるように指導する。
	5	ソフトボール バスケットボール	【ソフトボール】（11時間） スローイング、キャッチング バッティング、ベースランニングなどの技術を身に付ける。	個人技能、集団技能を養う。 ルールや審判法を理解し、公正な態度やマナーを身につけさせる。目標を持ち、役割と責任を果たす努力をさせる。
	6		【バスケットボール】（11時間） パス、シュート、リバウンドの練習。グループでのコンビネーションプレーの練習。 ディフェンス練習、3対3、ゲーム。	個人技能、集団技能を養う。 ルールや審判法を理解し、公正な態度やマナーを身につけさせる。目標を持ち、役割と責任を果たす努力をさせる。
	7		【ダンス】（11時間） 柔軟性を高めるための体操、全身を意識させる動き作り、現代的なリズムで練習する。	リズムに合わせて動ける体をつくる。個性を大切にしながら表現力を養う。
二 学 期	8	水 泳	【水泳】（9時間） クロール、平泳ぎ、背泳ぎの泳法を学習し、速く泳げる技能と長距離を泳げる技能を身に付ける。	事故防止のための説明を徹底して行う。「スタート」は行わない。
	9			
	10	バレーボール ラグビーフットボール	【バレーボール】（11時間） 基礎的な技術の習得とチーム練習により、質の高いゲームを展開できるようにする。	個人技能、集団技能を養う。 ルールや審判法を理解し、公正な態度やマナーを身につけさせる。目標を持ち、役割と責任を果たす努力をさせる。
	11		【ラグビー】（11時間） 基礎的な技術の習得とチーム練習により、質の高いゲームを展開できるようにする。	基礎的な技術を全員が習得できるよう、必要に応じて個人指導を行う。
12	【ダンス】（11時間） 創作ダンス、現代的なリズムのダンスを取り上げ、小作品を創作することができるようにする。		一人一人の個性を生かしながら、グループで話し合い、1つのものを完成させていく楽しさ、喜びを体験させる。	
三 学 期	1 2 3	長距離走	【長距離走】（12時間） マラソン大会に向けた体力と走法を身に付ける。 【ダンス】（6時間） ダンス発表会に向け、作品を創作する。	目標タイムを設定し、走りきる。  テーマにそって表現を深め、作品づくりをする。