

教科名	保健体育		科目名	体 育
科目の目標	各種の運動の実践を通して、運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わうことができるように、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			
履修学年	第 3 学 年	学科・コース	全学科	
単 位 数	3	授 業 形 態	一 斉 授 業	
教 科 書		副 教 材 等		
1 学 習 の 目 標	・体育の授業では、次のような能力を身に付けることを目指します。			
	①運動の楽しさ喜びを味わうことができ、自ら進んで運動に親しみ、公正・協力・責任の態度を身に付け、健康・安全に留意して運動をする力を身に付ける。 ②運動の特性に応じた課題解決を目指し、運動技能を高め、運動の学び方や体力の高め方など基礎的なことを理解し、知識を身に付けます。 ③新体力テスト実施し、自己の体力を知る機会とする。			
2 学習内容と進め方	・学習の目標を達成するために次のような学習を行います。			
	①三年生では、陸上競技（50m・100m・槍投げ・三段跳び・1500m）、球技（フラッグフットボール、サッカー・ソフトバレーボール・バスケットボール）、柔道、選択授業（野球・ソフトテニス・サッカー）/雨天時・軽スポーツ（卓球・バドミントン・バスケットボール）を行います。 ②本校では、一斉授業でルール、マナーに気を配り、各種目で集団と協力しながら主体的学習を進めてください。			
3 学習の留意点	・学習の際には、次のような事項に気を付けましょう。			
	①各種の運動を通じて、運動の楽しさ・喜びを深く味わい生涯を通じて運動に親しむことができるよう、積極的に授業に参加すること。（服装等については、詳細別紙プリント） ②実技教科なので、教師の指示はもとより、自他の安全には十分配慮して活動すること。			
4 評価の方法	・次のような観点で皆さんの学習を評価します。			
	①授業への参加の仕方、意欲・態度の観点 ②自己評価やグループ内での相互評価。 ③技術テストによる結果についての評価。			
5 授 業 計 画				
月	単 元	学 習 内 容	評 価 の 観 点	考 査 等
4	体育授業について	・オリエンテーション ・授業内容把握	「体育授業の心得」プリント	
	フラッグフットボール	・瞬発力、持久力、巧性、柔軟性を鍛える運動 ・パス ・パスキャッチ ・簡易ゲーム ・実技テスト	【運】 ・基本的技術の習得を目指す。 【知】【思】 ・基本的技術を使ってチームで発展させることができる。 【関】 ・協力して、安全に配慮し、楽しくゲームに参加することができる。	この単元を自己評価してみよう A B C
	体育理論	生涯スポーツの見方・考え方		実技テスト
5	陸上競技	・短距離（50m.100m,） ・三段跳 ・槍投げ ・実技テスト	【知】【運】 ・それぞれの種目の実践を通して陸上競技の楽しさを知ることができる。（自己挑戦）・（記録による技能評価） 【関】【思】 ・安全に積極的に活動し参加できる。	この単元を自己評価してみよう A B C
	柔道	・礼法・崩し、受け身寝技	【知】 ・礼法、基本的動作を身に付ける	実技テスト
6	体育理論	ライフスタイルに応じたスポーツ	【運】 ・寝技（押さえ込み）の習得。 ・技を正確にかけること。 【関】【思】 ・安全に配慮し、協力して参加できる。	この単元を自己評価してみよう A B C

7	柔道	<ul style="list-style-type: none"> ・礼法・崩し、受け身寝技 ・手技、足技、腰技 ・乱取り ・試合 ・実技テスト 		実技テスト
	球技 (サッカー)	<ul style="list-style-type: none"> ・サッカーパス、ドリブル、シュート ・ミニゲーム ・実技テスト 	【関】【運】 <ul style="list-style-type: none"> ・安全に配慮し、協力しあって楽しくミニゲームをすることができる。 【知】【思】 <ul style="list-style-type: none"> ・基本的技術内容を理解できる。 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">この単元を自己評価してみよう A B C</div> 実技テスト
8	種目別選択授業 I	<ul style="list-style-type: none"> ・野球(ソフトボール) ・ソフトテニス ・サッカー 	【関】 <ul style="list-style-type: none"> ・自分の興味関心のある種目を選択 【知】【思】 <ul style="list-style-type: none"> ・計画から評価まで 【運】 <ul style="list-style-type: none"> ・自主性を重んじ、協力して運動の楽しさを知る。 	実技テスト
	陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> ・中、長距離(1,500m、マラソン大会練習) 	【知】【運】 <ul style="list-style-type: none"> ・それぞれの種目の実践を通して陸上競技の楽しさを知ることができる。(自己挑戦)・(記録による技能評価) 【関】【思】 <ul style="list-style-type: none"> ・安全に積極的に活動し参加できる。 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">この単元を自己評価してみよう A B C</div>
10	第40回 校内マラソン会10月11日(金) 予備日10月15日(火)4時間			
	種目別選択授業 II	<ul style="list-style-type: none"> ・野球(ソフトボール) ・ソフトテニス ・サッカー 	【関】 <ul style="list-style-type: none"> ・自分の興味関心のある種目を選択 【知】【思】 <ul style="list-style-type: none"> ・計画から評価まで 【運】 <ul style="list-style-type: none"> ・自主性を重んじ、協力して運動の楽しさを知る。 	
	体育理論	日本のスポーツ振興		
		<ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール ・バスケットボール 	【関】【知】【思】 <ul style="list-style-type: none"> ・種目を選択させ、計画から評価までを計画的に行う。 【運】 <ul style="list-style-type: none"> ・自主性を大切にし、協力しあって、運動の楽しさを体験する。 	
11	種目別選択授業 球技(バレーボール)	<ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール ・パス(オーバー、アンダー) ・サーブ、スパイク、 ・試合 ・実技テスト 	【運】 <ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技術の習得。(目標に向かって正確なパスできる) ・チームで協力してボールをつなげることができる。 【関】 <ul style="list-style-type: none"> ・安全に配慮し、協力しあって楽しくミニゲームをすることができる。 【知】【思】 <ul style="list-style-type: none"> ・基本的技術内容を理解できる。 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">この単元を自己評価してみよう A B C</div> 実技テスト
	体育理論	スポーツと環境		
12	球技 (バスケットボール)	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール ・パス ・シュート ・簡易ゲーム ・実技テスト 	【運】 <ul style="list-style-type: none"> ・基本的技術の習得を目指す。 【知】【思】 <ul style="list-style-type: none"> ・基本的技術を使ってチームで発展させることができる。 【関】 <ul style="list-style-type: none"> ・協力して、安全に配慮し、楽しくゲームに参加することができる。 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">この単元を自己評価してみよう A B C</div> 実技テスト
	軽スポーツ	<ul style="list-style-type: none"> ・バドミントン ・卓球 ・室内サッカー 	【関】【運】 <ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技術の習得。(目標に向かって正確なパスできる) 【知】【思】 <ul style="list-style-type: none"> ・基本的技術内容を理解できる。 	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; text-align: center;">この単元を自己評価してみよう A B C</div>
1				

【関】は「関心・意欲・態度」、【思】は「思考・判断・表現」、【運】は「運動の技能」、【知】は「知識・理解」をあらわす。