

科目名	体育		1学年・必修	使用教科書	なし		
			単位数：2単位	使用副教材	『ステップアップ高校スポーツ2022』（大修館図書）		
学習目標	<p>体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>(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するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。</p> <p>(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し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。</p>						
学習方法	<p>(1) 授業前の準備を速やかに行い、チャイムが鳴る前までに必要なものを用意し整列すること。</p> <p>(2) 授業中は、常に危機管理意識をもつこと。</p> <p>(3) 授業中は、自分のみならず他者の健康・安全を確保すること。</p> <p>(4) 授業後の片づけは速やかに行い、次時の授業に遅れないようにすること。</p> <p>(5) 持ち物は、ジャージ(柔道着)、ステップアップ高校スポーツ、筆記用具である。単元により変更があるため体育委員は確認に来ること。</p> <p>※ 忘れ物があった場合は、できるだけ早めに伝えること。遅い場合は対応できません。</p>						
学習評価	評価の観点		評価の観点の履習				
	I	知識・技能	(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。 (2) 上記(1)の技能を身に付けている。				
	II	思考・判断・表現	(1) 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し判断している。 (2) 自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。				
III	主体的に学習に取り組む態度	(1) 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、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとしている。 (2) 健康・安全を確保している。					
他教科との関連性	該当する単元(教科)		関連する教科・科目	教科横断的な視点や関連する学習活動の例(連携授業を行う場合はその内容)			
	柔道		歴史総合	高橋治五郎の人生を紐解いていく中で、柔道ができた背景や「自他共栄」「精力蓄養」について理解し、授業での実践に活かす。			
学期	月	単元名(教科)	定数時間	学習のねらい	評価方法	学習内容と学習のポイント	Okusabirei 5.0
前期	4	オリエンテーション	2	オリエンテーションにおいて、学習内容や評価方法、準備運動の方法等を実践的に理解することを通して、安全に配慮して体育を行うとともに見通しを持って体育の授業に取り組めるようになる。	なし	【学習内容】 ① 学習内容と評価方法 ② 集合隊形の確認 ③ 準備運動の確認 【学習のポイント】 コミュニケーションをとりながら楽しく理解してください。	学びに向かう姿勢
	4	体づくり運動(体ほぐしの運動)	8	体ほぐしの運動や体力テストを通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むこと。	ワークシート 仲間と主体的に関わっているかについての行動観察	【学習内容】 ① 体ほぐしの運動(1) ② 集団行動(3) ③ 体力テスト(4) 【学習のポイント】 仲間やペアと主体的に関わり合っており取り組んでください。	思いやり
	5/6	球技(ネット型)	10	自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとするなど、健康・安全を確保すること。	ワークシート 実技テスト 仲間と主体的に関わっているかについての行動観察	【学習内容】 ① トス ② レシーブ ③ サーブ 【学習のポイント】 仲間やペアと主体的に関わり合っており取り組んでください。	チーム力
	7/8	水泳(クロール)	10	記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐことができるようにする。	ワークシート タイム測定 仲間と主体的に関わっているかについての行動観察	【学習内容】 ① キック ② ストローク ③ コンビネーション 【学習のポイント】 仲間やペアと主体的に関わり合っており取り組んでください。	チャレンジ精神
	9/10	陸上競技(長距離走)	10	・自己の能力に応じて運動の技能を高め、記録を高めたりすることができるようにする。 ・互いに協力して練習ができるようにする。 ・自己の能力に応じた課題解決を目指して、計画的な練習の仕方を工夫できるようにする。	ワークシート マラソン大会の結果 仲間と主体的に関わっているかについての行動観察	【学習内容】 ① ベース走 ② タイム設定 ③ マラソン大会への参加 【学習のポイント】 仲間やペアと主体的に関わり合っており取り組んでください。	分析・判断力
後期	10/11	武道(柔道)	10	・自己の能力に応じて運動の技能を高め、記録を高めたりすることができるようにする。 ・互いに協力して練習ができるようにする。 ・自己の能力に応じた課題解決を目指して、計画的な練習の仕方を工夫できるようにする。	ワークシート 実技テスト 仲間と主体的に関わっているかについての行動観察	【学習内容】 ① 礼儀作法 ② 受け身 ③ 固技 【学習のポイント】 仲間やペアと主体的に関わり合っており取り組んでください。	自己管理能力
	12/1	球技(ゴール型)	10	主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようすることができるようにする。	ワークシート 実技テスト 仲間と主体的に関わっているかについての行動観察	【学習内容】 ① パス ② シュート ③ DF法 【学習のポイント】 仲間やペアと主体的に関わり合っており取り組んでください。	チーム力
	1/2	スキー	9	自己の能力に応じて運動の技能を高め、記録を高めたりすることができるようにする。	ワークシート 実技テスト 仲間と主体的に関わっているかについての行動観察	【学習内容】 ① フルーク ② フルークターン ③ パラレルターン大回り 【学習のポイント】 仲間やペアと主体的に関わり合っており取り組んでください。	チャレンジ精神
	3	体育理論	6	・スポーツはどのように発展や変化してきたのか、どのような役割を果たしているのかといったスポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴などについて理解できるようにする。 ・現代社会における、スポーツと経済の関係について学び、現代のスポーツの特徴を理解できるようにする。	ワークシート グループ学習 小テスト	【学習内容】 ① 人間にとって「動く」とは何か ② スポーツの始まりと変遷 ③ 文化としてのスポーツ ④ オリンピックと国際理解 ⑤ スポーツと経済 ⑥ トレーニングとスポーツ理論 【学習のポイント】 日常生活とのつながりやニュースとのつながりを意識してください。	思考・判断・表現力