

教科	保健体育	科目	体育	単位数	2
学年	2 年	類型	流通経済科・情報ビジネス科・地域ビジネス科・商業科		
教科書 (出版社)	現代高等保健体育 改訂版 (大修館書店)				
副教材 (出版社)	現代高等保健体育ノート 改訂版 (大修館書店)				
授業の概要	心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図る運動を実践します。				
授業の目標	<p>1 各種の運動の合理的な実践を通して、運動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能力や態度を育成します。</p> <p>2 集団行動を正しく理解し、秩序正しく能率的に行う能力を養い、スポーツにおいて安全と運動効率の向上を目的とし、自己管理を積極的に行う資質を育成します。</p>				
年 間 学 習 計 画		学習内容 (単元・項目)		学 習 目 標	
	1 学 期	<p>1 体づくり運動</p> <p>(1) 体ほぐしの運動</p> <p>ア 集団行動 (応用動作)</p> <p>イ ストレッチング</p> <p>(2) 体力を高める運動</p> <p>ア 時間走</p> <p>イ 持久走 (スポーツテスト)</p> <p>2 体育理論IV</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>自主的な集団行動の定着と日々の活動の中での応用を目指します。</li> <li>主運動を行う前の、正確な準備運動やストレッチを学びます。</li> <li>自分の体力の実態を知るため、体力テストを行います。</li> <li>運動・スポーツの学び方について学びます。</li> </ul>	
	2 学 期	<p>3 球技 I</p> <p>(1) ソフトボール</p> <p>(2) バレーボール</p> <p>(3) 卓球</p> <p>4 球技 II</p> <p>(1) サッカー</p> <p>(2) バasketボール</p> <p>(3) 卓球</p> <p>5 体育理論V</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>個人技能や集団的技能の程度に応じてゲームができるようになります。</li> <li>各技能を發揮し、攻撃と防御を展開し、勝敗を争うことの中から作戦を立て、工夫をすることの楽しさや喜びを味わいます。</li> <li>運動・スポーツの学び方について学びます。</li> </ul>	
	3 学 期	<p>6 陸上競技 (長距離走)</p> <p>(1) 時間走</p> <p>(2) 測定</p> <p>(男子3000m・女子1500m)</p> <p>7 体育理論VI</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>一定の長い距離を走る中で、自分に合ったペースコントロールができるようになり、自己記録を更新できるよう挑戦し、心身を鍛えます。</li> <li>運動・スポーツの学び方について学びます。</li> </ul>	
観 点 別 評 価	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解	
	運動の楽しさや喜びを深く味わうために自ら進んで運動しようとしている。 公正・協力・責任などの社会的態度が身に付いている。	自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ出している。 課題解決を目指し、工夫している。	運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する事項を理解し、身に付けている。	自己体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付けている。	
備 考	4つの観点に基づき、学期ごとに100点法で評価し、学年末には、各学期の評価を平均し、総合的に評価する。				