

6 保健体育

「 体 育 」	単 位 数	3 単 位
	学科・学年・学級	海洋科学科 第1学年 A～C組

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<ol style="list-style-type: none"> 1 運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動し、公正、協力、責任などの態度を身に付けます。 2 自己やグループの能力や運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫し、必要な技能や体力を高めるために運動の合理的な行い方を身に付けます。 3 選択した運動種目の技術や戦術及び規則などの理解を深めます。 4 現代社会におけるスポーツの意義や必要性を理解し、スポーツとのかかわり方や豊かなスポーツライフを設計し実践していく方法を身に付けます。
使用教科書・副教材等	現代保健体育（50 大修館 保体006）

2 学習計画及び評価方法等

(1) 学習計画等

学 期	学 習 内 容	月	学 習 の ね ら い	備 考（学習活動の特記事項、他教科・総合的な学習の時間・特別活動等との関連など）
第 1 学 期	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション 「体育」学習について ・体づくり運動 ・体育理論 (運動・スポーツの文化的特徴) ・体力テスト ・集団行動 	4	<p>「体育」学習の意義や内容、評価の方法を理解します。</p> <p>自己の体力や生活に応じて、体の調子を整えるなどの体ほぐしの運動を中心に行います。体力を高める運動も行い、体力の向上を目指します。</p> <p>また、自己の生活の中で計画的に実践していく資質や能力を身に付けます。</p>	<p>水泳は毎時間実施し、海洋行事に向け全員が最低で50m泳げることを目指します。見学・欠席の場合は補講があります。</p>
		5	<p>陸上においては基本的な技能を習得し、なおかつ基礎体力の向上につながるようにする。</p> <p>ダンスについては仲間と楽しく踊ることを通じて、協調性や同調性を身に付けさせる。</p>	
		6	<p>平泳ぎを中心に各泳法をマスターし、速く泳いだり、長く泳いだりすることから、記録向上の喜びや競泳の楽しさを味わいます。</p> <p>また、事故防止の心得や救助法についても学習します。</p>	
		7		
<p>【補講】 水泳の授業において、欠席・見学等は放課後補講を実施します。</p>				
<p>【第1学期の評価方法】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 陸上ダンス30%、水泳30%、集団行動・体育理論その他の種目で40%の割合で評価します。 2 各運動種目とも、スキルテスト及び個人カードやグループカードを利用して評価を行います。 3 評価の割合は「関心・意欲・態度 20%」「思考・判断 20%」「技能 40%」「知識・理解 20%」で行います。 				

第 2 学 期	<ul style="list-style-type: none"> 陸上ダンスから選択 ゴール型バスケット ネット型バドミントン ベースボール型 ソフトボール 武道柔道から選択 体育理論 (運動・スポーツの文化的特徴) 陸上競技(長距離走) 	9	陸上は特に走について、体力増強を目的に実施します。 ダンスは、変化とまとまりを付けて、仲間と対応したりして踊ることを目的として実施する。	バドミントンラケットについては入学時に学校側で斡旋購入させ、3年間使用させる。
		10	バスケットは基本的なボール操作ができるように実施する。 バドミントンは狙った所に打つことが出来る事を目的に実施する。 ソフトボールは安定したバット操作ができるようにする。 柔道は受け身を中心に実施します。	
		11		
		12	基本的な技能を習得し、ルールについて理解させ、ゲームができるようになる。 自己に適したペースを維持して走ることを目的とし、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ることを。	
【第2学期の評価方法】				
1 陸上ダンス30%・バスケ、バド、ソフト、柔道20%・陸量競技30%体育理論20%の割合で評価します。 2 各運動種目とも、スキルテスト及び個人カードやグループカードを利用して評価を行います。 3 「関心・意欲・態度 20%」「思考・判断 20%」「技能 40%」「知識・理解 20%」で評価します。				
第 3 学 期	<ul style="list-style-type: none"> ゴール型サッカー ネット型バスケット 武道柔道から選択 	1	球技においては基本的な技能を習得し、簡易ゲームができるようになる。 希望者については柔道を実施する。 柔道については受け身を中心に実施する。	グラウンド不良の場合はバスケットを行います。
		2		
		3	変化する社会におけるスポーツの意義や必要性を理解し、個人及び集団の状況に応じたスポーツとのかかわり方や豊かなスポーツライフの設計と実践について理解します。	
【第3学期の評価方法】				
1 「関心・意欲・態度 20%」「思考・判断 20%」「技能 40%」「知識・理解 20%」で評価します。 2 体育理論は保健定期テストに組み込みテストします「関心・意欲・態度 40%」「思考・判断 40%」「知識・理解 20%」で評価します。				

【年間の学習状況の評価方法】

「関心・意欲・態度」、「思考・判断」、「運動の技能」及び「知識・理解」の4つの観点に基づいて評価された各学期と、各領域（各運動や理論）の成績を総合して、学年の学習成績とします。
 学年の評定は、体育に限らず全教科において、次のとおり5段階によって示されます。

「十分満足できると判断されるもののうち、特に高い程度のもの	… 5
「十分満足できると判断されるもの」	… 4
「おおむね満足できると判断されるもの」	… 3
「努力を要すると判断されるもの」	… 2
「努力を要すると判断されるもののうち、特に低い程度のもの	… 1

確かな学力を身に付けるためのアドバイス	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の楽しさを味わうために自ら進んで活動することが求められています。これまでの経験からくる運動嫌いのイメージや苦手意識に固執することなく、新たな気持ちで授業に臨むことから始めましょう。 ・自分と仲間の持つ課題を見つけようとする意欲が大切です。自分自身のことにとどまらず仲間の気持ちや体の状態に目を向け、問題点や解決方法を見つける努力をしましょう。 ・自分と仲間の現状を深く見つめることができる感性を身に付けましょう。 ・体育にとっての「学力」とは、基礎的な知識・技能のもとに意欲を持って「スポーツを実践する力」です。日頃のスポーツの実践に心がけましょう。
授業を受けるに当たって守ってほしい事項	<ul style="list-style-type: none"> ・服装は学校指定の体操服を着用し、こまめに洗濯し衛生面に気を付けること。 ・授業はチャイムと同時に始まりますので、活動場所への移動は休み時間の内に完了すること。 ・見学者は授業前に担当者に申し出て指示を受けること。 ・貴重品の管理をしっかりと行うこと。

(2) 評価の観点、内容及び評価方法

評価は、次の観点や内容を基本として各領域（種目）ごとに細かく作成します。

評価の観点及び内容		評価方法
関心・意欲・態度	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら進んで計画的に運動しようとしているか。 ・公正、協力、責任などの社会的態度が身に付いているか。 ・健康や安全に留意して運動しようとしているか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業への参加の意欲の観察 ・個人カードやチームカードの記載内容からの読みとり ・定期テスト ・小テスト
思考・判断	<ul style="list-style-type: none"> ・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か。 ・課題の解決を目指して、活動の仕方を考え工夫しているか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業への参加の意欲の観察 ・個人カードやチームカードの記載内容からの読みとり ・定期テスト ・小テスト
運動の技能	<ul style="list-style-type: none"> ・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い技能を高めているか。 ・自己の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か。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業場面での参加の仕方や態度の観察 ・個人カードやチームカードの記述の読みとり ・スキルテストや記録会の結果の分析
知識・理解	<ul style="list-style-type: none"> ・社会の変化とスポーツ、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基礎的な事項を理解し知識を身に付けているか。 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業場面での参加の仕方や態度の観察 ・個人カードやチームカードの記述の読みとり ・定期テスト ・小テスト

3 担当者からのメッセージ

とにかく楽しく運動をすることが一番大切です。新しい学習環境や新しい仲間の中で不安もあるでしょうが、和気あいあいと運動しましょう。
 しかし、ただ体を動かすだけでなく、生涯を通じて運動に親しむことができるように、運動の仕方はもちろんのこと、競技会や記録会の企画・運営の仕方など基本的な事項も身に付けることができるような授業を行います。
 また、仲間とのかかわり方に配慮できるようになることも求められるでしょう。