

教科	科目	学年	単位数
保健体育	体育	高3	2・3単位

1. 学習目標

・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、生涯に渡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り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

・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。

2. 評価

知識・技能に関しては、春と秋に行われる新体力テストの結果をそれぞれ1学期、2学期の評価に加味し、各種目の技能テスト、集団行動、ラジオ体操などを総合的に評価する。

思考・判断・表現は、毎時間の授業レポート、新体力テストの振り返り、グループ評価、体育分野の小テストなどを評価する。主体的に学習に取り組む姿勢は、毎時間の授業レポート、新体力テストの振り返り、グループ評価、授業に取り組む姿勢や仲間との協調性を総合的に評価する。

学習内容（以下参照）

3. その他(科目の特徴や学習の注意点など)

体づくり運動・集団行動・体育理論においては年間を通じて行うものとする。種目・内容は設備の都合上、同一学年においても同じ時期に異なる種目を実施することがある。

	単元・試験	授業内容	その他(到達目標・学習のポイントなど)
器械運動	マット運動Ⅲ きれいで確実な演技を評価する。	前方宙返り 後転跳び (選択)	・きれい・正確・安全に演技する。 ・補助者や補助マットを利用しながら安全に技能を身につける。 ・互いに協力して補助をする。
陸上競技	走運動 記録の向上を評価する。	・リレー競走	・バトンゾーンを有効に利用する。 ・チームで作戦を立て記録向上を目指す。 ・効率の良いバトンタッチを身につける。 ・仲間と協力して練習をする。
球技	バスケットボールⅢ ゲーム展開の中での正確なドリブル・パス・シュートを評価する。	・基本技能の応用(パス・ドリブル・シュート) ・ディフェンスの理解 ・基本的なチーム戦術 4対4、5対5の攻防 ・ハーフコートゲーム ・オールコートゲーム	・動きの中でパス・ドリブル・シュートがスムーズにできるようにする。 ・マンツーマン、ゾーンの違いを理解する。 ・チームで戦術を考え実戦で利用する。 ・ルールを守りゲームを行い、攻守の切り替えゲームの流れを身につける。
球技	ハンドボールⅡ ゲーム展開の中での正確なキャッチ・パス・シュートを評価する。	・基本技能の応用 パス・キャッチ・シュート ・1-1、2-2の攻防 ディフェンス理解 ・ゴールキーピング ・オールコートゲーム	・動きの中でパス・キャッチを習得する。 ・パス→キャッチ→シュートの連動がスムーズにできるようにする。 ・攻守の1-1と2-2を通じて戦術やステップ、フェイントを身につける。 ・守備の方法を理解し、身につける。 ・複雑なシュートを防ぐことができる。

球技	サッカーⅢ 動きの中で技術を使いながらプレーすることができるかを評価する。	・ポジションの役割システム ・基本的な攻撃戦術(グループ) ・基本的な守備戦術(グループ) ・質の高いゲーム	・ポジションの役割を理解しながら効果的にゲームを進める。 ・ゲーム中のポジショニングを意識する。 ・基本的なチーム戦術を身につける。 ・攻撃・守備の連続性があるゲームをする。 ・チーム戦術の中で、個人、グループの意図的なプレーが機能するように意識してゲームをする。
球技	バレーボールⅢ ポジションごとに役割を果たしているかを評価する。	・質の高いゲーム ・パスやサーブのミス無くす ・攻撃での得点 ・ポジションの意識 ・質の高いゲーム	・パスやサーブなど単純なミス無くす。 ・女子では攻撃の場を増やすことを目指し、男子ではクイックなどの多彩な攻撃も試す。 ・セッター・レフト・ライト・センターといったポジションを理解する。 ・各ポジションの役割に沿ったプレーをし、効果的にゲームを進める。 ・守備から攻撃への動きが組織的で、ボールがスムーズに展開できる。 ・バレーボールの楽しさを知る。
球技	テニスⅢ 戦術やフォーメーション理解(ダブルス) 作戦でゲームができるかを評価する。	・スマッシュ ・ボレー(フォアハンド・バックハンド) ・ゲーム(ダブルス)	・ゲーム中のポジショニングを意識する。 ・チームで作戦を立てゲームをする。(ストローク中心、ボレー・スマッシュ中心など)
球技	卓球Ⅲ ルールを守り協力してゲームを展開することを評価する。	・左右の動き(切返し) ・ルールの理解 ・習得した技術の使用 ・戦術・ルールの理解 ・協力する心の養成	・コースの打ち分けを狙って行う。 ・ゲームの中で相手の嫌がる球種、コースを打てるようにする。 ・ダブルスを理解し、ゲームを行う。 ・お互いに協力しながらゲームを行う。
球技	バドミントンⅢ ダブルスのフォーメーションを理解し、ゲームを評価する。	・サイドバイサイド・トップ&バック ・ゲーム展開方法 ・ゲーム(ダブルス)	・素早くフォーメーションを組む。 ・サービスのルールを覚える。 ・ルールを理解し、お互いに審判をする。
球技	ソフトボールⅢ ゲームの中でのバッティング・守備・走塁を評価する。	－ ゲーム － ベースランニング － 質の高いゲーム	・ゲームの中で役割を考えプレーする。 ・ルールを理解し、状況に合わせた守備をする。 ・お互いに声をかけカバーしあう。 ・積極的な進塁を心がけたランニングをする。 ・チームで協力してゲームをする。