

教科(科目)	保健体育（体育）	単位数	3単位	学年(コース)	5年
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）				
副教材等	なし				

1 学習目標

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。

- (1) 各種の運動の合理的、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。
- (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。
- (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。

2 グラデュエーション・ポリシー及びカリキュラム・ポリシー

グラデュエーション・ポリシー	～卒業までにこのような資質・能力を育みます～ ①幅広い教養を身につけ、他者と協働しながら、粘り強く挑戦し続け、地域社会や国際社会に貢献する意欲や資質・能力を備えた人材を育成します。 ②主体的、自律的な人間として、行動力にあふれ、自他を大切にする思いやりの心とリーダーシップを兼ね備えた人材を育成します。 ③主体的に学ぶ力を身に付け、社会における課題等に気づき、創意工夫、試行錯誤を重ね、その解決のために行動できる人材を育成します。
カリキュラム・ポリシー	～上記の資質・能力を育成するため、発達段階に応じて1・2年を「基礎の充実」、3・4年を「発展・挑戦」、5・6年を「自律・深化」に分け、学習内容の確かな定着、主体的で対話的な学習態度の育成を図りながら次の教育活動を展開します～ ①総合的な応用力、学問への探究心を育むとともに、知識や技能を活用するための思考力、判断力、表現力を育成する課題解決型の授業を実施します。 ②他者とコミュニケーションを取りながら、地域社会や我が国の魅力を国内外に発信できる知識・技能等を高めるための学習活動を実施します。 ③身に付けた力を社会で発揮するため、地域貢献活動、社会体験活動への参加を推進します。 ④自己肯定感を高め、他者を思いやり、多様性を理解する態度等を育成するため、系統的な特別活動や学年を超えた多様な体験活動を実施します。

3 指導の重点

各種運動を通して、体力の向上及び他の生徒と積極的にコミュニケーションを図り、自主自律的に安全に学習に取り組む態度を育てる。

4 評価の観点の趣旨

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
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ている。	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ている。	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するとともに、健康・安全を確保している。

5 評価方法

評価方法	- 各運動種目に対する技能テスト - ペーパーテスト などから評価します。	- ペーパーテストの分析 - 授業中の取組の観察 - レポート等提出物などの内容の確認 などから、評価します。	- 授業中の自ら積極的に各種運動に取り組む姿勢 - 出欠席状況 - 振り返りシートの内容の確認 などから、評価します。
------	---	--	--

6 学習計画

	月	単元名	授業時 数と領域	教材名	学習活動(指導内容)	時数	備考
	4	体づくり運動	7		・集団行動(整列、列の増減、方向転換等) ・サーキットトレーニング ・持久走(20分走)	7	
	5	陸上競技	14		・短距離走(100m) ・中距離走(男子 1350m、女子 900m) ・ス ポーツテスト(握力、長座体前屈、反復横とび、立幅跳び、上体 起こし、ハンドボール投げ、50m走、シャトルラン)	14	記録 取り組む様 子
	6	球技選択Ⅰ ・ソフトボール ・サッカー ・バドミントン	27		ソフトボール ・基本的技能(キャッチボール) ・打撃(トスバッティング、フリー バッティング) ・守備(ノック、シートノック) ・ゲーム(リーグ戦) ・審判法	30	実技 レポート 取り組む様 子
	7				サッカー ・基本技能 ・キック(インサイドキック、インステップキック) ・パ ス(対面パス、三角パス) ・3対1 ・4対2等 ・ゲーム ・審判法		
	9 10				バドミントン ・基本的技能(フットワーク、ハイクリアー ドロップ、ヘアピン、ド ライブ、スマッシュ) ・シングルス ・ダブルス ・簡易ゲーム ・リーグ戦 ・審判法		
		11 12 1	選択球技Ⅱ ダンス バレーボール 卓球	28	ダンス ・現代的なリズムのダンスの特徴を捉える。 ・変化とまとまりを付 けて、リズムに乗って全身で踊る。	a	実技 レポート 取り組む様 子
	バレーボール ・基本的技能 ・トス(対面パス、円陣パス) ・アタック(オープン、Aクイック) ・ブロック ・サーブ ・サーブ レシーブ ・ゲーム(リーグ戦) ・審判法						
	卓球 ・基本的技能(フォアハンド、バックハンド、ドライブ、カット) ・シ ングルス ・ダブルス ・簡易ゲーム ・リーグ戦 ・審判法						

	1 2	球技選択Ⅲ バスケットボール・バレーボール・バドミントン・卓球・ダンスから1種目選択	24		各種目 ・基本的技能 ・ゲーム ・審判法 ・グループワーク	24	レポート 取り組む様子
	3	体育理論	7	現代高等 保健体育(大修館書店)	・スポーツにおける技能と体力 ・スポーツにおける技術と戦術 ・技能の上達過程と練習 ・効果的な動きのメカニズム ・体力トレーニング ・運動やスポーツでの安全確保 ・生涯スポーツの見方・考え方 ・ライフスタイルに応じたスポーツ ・スポーツを推進する取り組み ・豊かなスポーツライフの創造	7	レポート 取り組む様子

計110時間(48分授業)

7 課題・提出物等

・ レポート提出

8 担当者からの一言

様々な運動の経験を通して、運動に親しむ習慣を身に付け、体力の向上及び心身の健康の保持増進を目指しましょう。
