

科目名	学科	学年	単位	教科書（発行者）	副教材等
体育(女子)	国際交流科	3	3・2		ステップアップ高校スポーツ2018（大修館）

科目の到達目標	各種の運動を通し体力の増強をはかると共に、規則を守り仲間と協力し自己の責任を果たす態度を身につける。また生涯を通じて継続的に運動を実践できる能力と態度を育てる。
---------	--

学期	月	単元・題材	学習項目	学習のねらい（到達目標）
一	4	体づくり運動	体ほぐし運動 体力を高める運動	・自分の体や仲間の体の状態や変化に気づき、体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 ・運動の特性に応じた学び方や安全の確保の仕方について理解する。
	5	器械運動	マット 鉄棒	・規定の運動課題を設定し、課題解決に適した技を系統的に学習し、技術を習得する。
	6	陸上競技	短距離走 走幅跳 持久走	・運動の基本である走・跳・投の3つの運動においてバランスよく体力を向上させる方法を理解する。 ・陸上競技の特性を理解するとともに技術を上達させ、記録を向上させる。
	7	体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方	・各ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方について理解する。 ・自己に適した運動機会を持つことや施設の活用について理解する。
二	9	体づくり運動	体ほぐし運動 体力を高める運動	・自分の体や仲間の体の状態や変化に気づき、体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 ・運動の特性に応じた学び方や安全の確保の仕方について理解する。
			ソフトテニス	・ラケットとボールに慣れ、基本動作や基本技術の練習を通して、ラケットのスイングやボールコントロールの技術を習得させる。 ・前衛・後衛の基本技術を理解し、基本動作を習得する。
	10	球技（選択）	バレーボール	・バレーボールに必要な個人技術・戦術や体力を把握し、練習計画をたてる。 ・ポジションやフォーメーションなどの作戦を立てて、自分のチームの特徴を生かしてゲームを行う。
			卓球	・卓球に必要な個人技術・戦術や体力を把握し、練習計画をたてる。 ・戦略や戦術、攻め方などの作戦を立てて、自分及びペアの特徴を生かしてゲームを行う。
	11	球技（選択）	バドミントン	・バドミントンに必要な個人技術・戦術や体力を把握し、練習計画をたてる。 ・戦略や戦術、攻め方などの作戦を立てて、自分及びペアの特徴を生かしてゲームを行う。
12	体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方	・スポーツの振興が様々な施策や組織、人々の支援や参画によって支えられていることを理解する。 ・スポーツが環境にもたらす影響や持続可能な社会の実現に寄与する責任ある行動について理解する。	
三	1	体づくり運動	体ほぐし運動 体力を高める運動	・自分の体や仲間の体の状態や変化に気づき、体を動かす楽しさや心地よさを味わう。 ・運動の特性に応じた学び方や安全の確保の仕方について理解する。
			バスケットボール	・バスケットボールに必要な個人技術・戦術や体力を把握し、練習計画をたてる。 ・ポジションやフォーメーションなどの作戦を立てて、自分のチームの特徴を生かしてゲームを行う。
	2	球技（選択）	ダンス	・リズムやイメージの世界に入って踊ることの楽しさや喜びを味わう。 ・運動課題に対し、イメージした動きを体で表現する技能を習得する。
	3	ダンス		

評価の観点・評価の方法	◎評価の観点			
	関心・意欲・態度	思考・判断	運動の技能	知識・理解
	体ほぐしやスポーツに関する関心を高め、積極的に活動に参加する。	自己の能力に適した課題を持ち、その解決に向けて取り組んでいる。	各種運動の個人技能や集団技能が身につけている。	各種運動のメカニズムやルールを理解し、実践に結びつけることができる。
	◎評価の方法			
	「評価の4観点」に基づいた評価、授業中の発言や取り組む姿勢、スキルテスト、出席状況を総合して評価する。			