

体育 【学習の内容】

| | |
|--|-----------------|
| 校種・教科名・科目名(単位数)・実施学年 | 普通科・体育（2単位）・1学年 |
| 学習到達目標 | |
| <p>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ようにするとともに、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。</p> | |

| 運動領域 | 種目・内容 | 学習のねらい |
|--------|---|--|
| 体づくり運動 | <ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐし運動 ・体力を高める運動 | 単純な動きを通して、自分の体の状態を知り、体力を高める運動を行う。 |
| 球技 | <ul style="list-style-type: none"> ・サッカー ・ソフトボール ・バスケットボール ・バレーボール ・ハンドボール | ○基礎・基本技術ができるようにし、互いの良さを生かしチームを作り、簡単なルールでゲームを行う。チームごとに練習を工夫しながら、チームや個人の特徴を生かした、作戦やルールの工夫を通して対抗戦をおこなう。チームや個人の高まった力を生かし作戦を工夫しながら、リーグ戦を行う。 |
| 陸上 | <ul style="list-style-type: none"> ・持久走 | ○長距離走に対する理解を高め、それを通して体力の向上と 個人の目標達成をはかる。 |
| 武道 | <ul style="list-style-type: none"> ・演武 | ○自己の能力に応じて技能を高め、相手の動きに対応した攻防ができるようにする。互いに協力するとともに、勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。また、安全に練習ができるようにするとともに、計画的な練習や試合の工夫ができるようにする。 |
| ダンス | <ul style="list-style-type: none"> ・創作ダンス | ○一人一人の個性や技能を生かしながら、みんなで作品を創 作することができるようになる。また、みんなで作品を発表し合い鑑賞することができるようにする。 |
| 体育理論 | 体育・スポーツに関する知識を理解できるようにし運動の合理的な実践及び健康の増進と体力の向上に活用することができる資質や能力を育てる。 | |

| 評価の観点・方法 | | 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ついているか。 ・健康や安全に留意して運動しようとしているか。 | |
| 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。 ・課題解決をめざして、活動の仕方を考え工夫しているか。 | |
| 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解決をめざ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行い方を身につけているか。 | |
| 知識・理解 | <ul style="list-style-type: none"> ・運動技術のしくみと運動の学び方について理解できているか。 | |