

科目名	体育	学 年	1年	コース	全	単位数	3	担当者	
1	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>							
2	到達目標	<p>生涯にわたるスポーツライフの基礎を習得し、明るく豊かで活力のある生活習慣を身につける。</p> <p>各種目の特性を知り、運動技能を高めながら、運動の楽しさや喜びを深く味わう。</p> <p>スポーツがもつ文化や歴史、ルールを十分理解し生涯を通じて継続的に運動に親しめる。</p>							
3	成績評価の方法	<p>実技テスト、授業への出席状況や授業態度について総合的に評価する。</p>							
4	学習者へのメッセージ	<p>1年生の体育の授業は、体づくり（体力診断テスト）、水泳、球技、LDR（長距離走）武道（柔道・剣道）・ダンスを学習しています。</p> <p>【体づくり】・【LDR（長距離走）】【体育理論】では、自分の体に関心をもち、自分の体力を知りながら、自分にあった運動を見つけ、生涯にわたり運動をすることや続けることの大切さを学習します。また、生活を豊かにする教養としての体育（QOL）と実践力を身につけることを目標としています。</p> <p>【水泳】の授業は泳力向上だけでなく、安全の面から考え、着衣水泳・水泳救助法などを取り入れ授業を行っています。</p> <p>【球技】は、ソフトボール・バレーボール・サッカー・バスケットボールの4種目を行っています。施設面から、男女交代で授業を行っています。詳しくは、年間計画をみて下さい。内容は、運動種目独自のルールを理解し、基礎・基本の技能を高めながら、運動の楽しさや喜び、仲間とのコミュニケーション・協調性や連帯感を味わうことのできる内容となっています。</p> <p>【武道（柔道・剣道）・ダンス】については、1種目を選択し、年間を通して行います。武道は日本固有の文化として伝統的な行動の仕方が重視される運動で、礼儀作法を尊重して練習や試合することを重視しています。ダンスは、創作ダンスフォークダンス・現代的なリズムのダンスを行います。</p> <p>どの種目においてもスポーツがもってきた、背景（歴史や文化）やルールについて学習し、生涯を通じてのスポーツ観が広がる内容となっています。</p>							
5	使用教材	<p>教科書「現代保健体育」(大修館書店)</p> <p>副教材「カラーワイド・スポーツ2003」(大修館書店)</p>							

6	自己評価
	1年間を振り返って到達目標が達成できた、自己評価をして、今後の課題を明らかにしてみよう。
	到達目標 { } { } { }
	課題

A：十分達成できた。 B：だいたい達成できた。 C：努力が不足した。

7 年間指導計画

月	単 元			重 点 目 標
4 ~	体づくり運動・体力診断テスト 体育理論			<ul style="list-style-type: none"> ・体力を高める運動の理解と実践 ・ソフトボール・バレーボールのルールの理解。
	男 子	女 子	男女共習	
5 ~ 6 ~ 7	ソフト ボール	バレー ボール	剣道 柔道 ダンス の中から 1種目 選択	<ul style="list-style-type: none"> 基礎・基本の技能を高めながら、運動の楽しさや喜びを体験し、仲間とのコミュニケーションを図る。 ・協調性や連帯感についての理解と実践。 ・武道は日本固有の文化として伝統的や礼儀作法を尊重しながら練習・試合の理解と実践。 ・ダンスは、創作ダンスを中心に表したいイメージやテーマを全身の動きで自由に表現することの理解と実践。
	水 泳			<ul style="list-style-type: none"> ・泳力向上だけでなく、安全面から考え、着衣水泳・水泳救助法の理解と実践
1 学 期 期 末 考 査				
9 ~ 10 ~ 11 ~ 12	体育祭・体育祭種目練習			<ul style="list-style-type: none"> ・体育祭種目の理解と実践 ・バスケットボール・サッカーのルールの理解
	バレー ボール	ソフト ボール	剣道 柔道 ダンス 選択	<ul style="list-style-type: none"> 基礎・基本の技能を高めながら、運動の楽しさや喜びを体験し、仲間とのコミュニケーションを図る。 ・協調性や連帯感についての理解と実践。
	バスケット ボール	サッカー		
2 学 期 期 末 考 査				
1 2 ~ 3	L D R (長距離走)			<ul style="list-style-type: none"> ・LDR は、自己の体力を知り、自分にあった運動をみつけ、生涯にわたり継続する『手がかり』の実践と理解。
	サッカー	バスケット ボール	剣道 柔道 ダンス 選択	
学 年 末 考 査				

