

平成29年度 厚木東高等学校 年間指導計画

教科・科目	保健体育・体育	学年	第3学年	教科書	なし
		単位数	3単位	副教材	なし

学習目標	(1)運動の特性を理解し、互いに協力して練習やゲーム(試合)を楽しむことができるようにする。また、公正、協力、責任などの態度を身に付けるとともに、健康・安全に留意して運動ができるようにする。 (2)自己の能力に応じた運動の課題を設定し、課題解決のために練習内容や方法を工夫することができるようにする。 (3)各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高めることができるようにする。 (4)運動の特性と学び方、安全の確保の仕方、運動の心身にわたる効果に関する基礎的な事項を理解し、知識を身につけることができるようにする。
------	---

学習方法	実技、視聴覚機器の使用など。
------	----------------

学習評価	評価の観点		科目の評価の観点の趣旨		
	①	関心・意欲・態度	競技に関心を持ち、積極的に取り組み楽しさを味わおうとしている。また、仲間と互いに協力しながら練習やゲームを行おうとしている。		
	②	思考・判断	自分やチームの課題を見つけ、解決のために練習を工夫している。		
	③	運動の技能	基礎的な技術を向上させることができ、その技術を活かして試合等を行うことができる。		
	④	知識・理解	競技の特性やルールを理解し、審判を行うことができる。		
	⑤				

評価の観点	①関心・意欲・態度	②思考・判断	③運動の技能	④知識・理解	⑤
観察	◎	○	○	○	
技能テスト	○	○	◎	○	
ノート	○	○		○	
出席状況	◎				
ゲームの記録表		○	◎		
試合の内容	○	○	◎	○	
観点別比重	30%	10%	50%	10%	

学期	内容のまとめ	時数	単元(題材)	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法
1	水泳 (選択Ⅹ)	18	クロール リレー	泳法の習得 測定	①水泳の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする事、合意形成に貢献しようとする事などや、水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。 ②生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた水泳を継続するための取り組み方を工夫している。 ③水泳の特性に応じた、自己に適した泳法の効率を高めて、身に付けている。 ④技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。	観察 ノート 技能テスト
1	武道 (選択Ⅸ・Ⅹ・Ⅺ)	18	弓道	動作の習得 試合	①武道の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、相手を尊重し、礼法などの伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事、役割を積極的に引受け自己の責任を果たそうとする事などや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。 ②生涯にわたる豊かな運動習慣の実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた武道を継続するための取り組み方を工夫している。 ③武道の特性に応じて、相手の多様な動きに応じて素早く攻防を展開するための得意技を身に付けている。 ④伝統的な考え方、技の名称や稽古、体力の高め方、課題解決の方法、試合の行い方を理解している。	観察 ノート 技能テスト
2			剣道	動作の習得 得意技の習得 試合		

1 2	球技 (選択IX・X・XI・XII)	18	ゴール型 ネット型 ベースボール型	技能の習得 状況に応じた技能 連携した動きによる攻防 試合	①球技の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、フェアなプレイを大切にしようとする、役割を積極的に引受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。 ②生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた球技を継続するための取り組み方を工夫している。 ③球技の特性や魅力に応じて、ゲームを展開するための作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めて、身に付けている。 ④技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。	観察 ノート 技能テスト
1	体づくり運動	3	体ほぐしの 運動	手軽な運動や律動的な運動	①体を動かす楽しさや心地よさを深く味わうことができるよう、体力などの違いに配慮しようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。 ②自己の狙いに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための継続的な運動の計画を立てるとともに、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。 ④体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解している。	観察 ノート
3		7	体力を高める運動	体力の向上を図るための継続的な運動		
1 3	器械運動 (選択IX・XIII)	18 (XIII は17)	マット運動 跳び箱運動	技の習得 演技の構成 演技の発表	①器械運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、役割を積極的に引受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。 ②生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた器械運動を継続するための取り組み方を工夫している。 ③器械運動の特性に応じて演技するための、自己に適した技を高めて、身に付けている。 ④技の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表の仕方などを理解している。	観察 ノート 技能テスト
2	体育理論	6	運動やスポーツの効果的な学習の仕方	運動やスポーツの効果的な学習の仕方	①運動やスポーツの効果的な学習の仕方や豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を解決するための活動などを通して、学習に主体的に取り組もうとしている。 ②運動やスポーツの効果的な学習の仕方や豊かなスポーツライフの設計の仕方について、学習した知識を活用したり、応用したりしている。 ④運動やスポーツの効果的な学習の仕方や豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。	観察 ノート
2	ダンス (選択XII・XIII)	18	現代的なリズムのダンス	動きの習得 演技づくり 演技の発表	①ダンスの楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、互いに共感し高め合おうとすること、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。 ②生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じたダンスを継続するための取り組み方を工夫している。 ③ダンスの特性に応じて、交流や発表ができるよう、イメージや踊り方の特徴、リズムの特徴を強調した表現や踊りをするための動きを高めて、身に付けている。 ④ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、体力の高め方、課題解決の方法、交流や発表の仕方などを理解している。	観察 ノート
3		17	創作ダンス			
2 3	陸上競技 (選択XI・XIII)	18 (XIII は17)	競争 跳躍	技能の習得 測定	①陸上競技の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保して、学習に主体的に取り組もうとしている。 ②生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた陸上競技を継続するための取り組み方を工夫している。 ③陸上競技の特性に応じた、各種目特有の技能を高めて、身に付けている。 ④技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。	観察 ノート 技能テスト
合計時数(50分授業)		105				