

令和4年度 学習指導計画

教科	保健体育	科目	体育	単位数	3単位
学科・類型		普通科Ⅱ類Ⅰ類, 生活デザイン科		学年	第3学年
使用教科書					
使用副教材等					

【学習の到達目標】

学習の到達目標	<p>1. 心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てるとともに、健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。</p> <p>2. 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>
---------	---

【学習指導計画及び評価方法等】

	学習内容	学習のねらい・指導上の工夫点・留意点
1 学 期	<p>①新体力診断テスト</p> <p>②身体づくり運動 集団行動</p> <p>③陸上競技(リレー)</p> <p>④1学期選択 館内球技 外球技 運動 高跳び</p>	<p>①自身の成長を記録し、自身の変化に気づかせる。 測定を通じて協力し合い仲間との関係を築く。</p> <p>②健康で活動的な身体を獲得するための基礎体力向上トレーニングを実施する。集団行動の基本を身につけ、集団意識・他者理解を深める。3分間の集団演技発表で、仲間と協力する姿勢を育む。</p> <p>③リレーの記録向上を目指しバトンパスや順番を工夫することで、相互理解や協力する姿勢、クラスの団結を目指す。</p> <p>④選択した運動の実践を通して、知識を深めるとともに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。グループで活動の計画・実施・評価・改善に取り組み、リーダーとしての責任・公正な判断・チームでの協力する姿勢を高める。 種目の特性を理解しルールを工夫し生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。</p>
2 学 期	<p>①体育理論</p> <p>②2学期選択 館内球技 外球技 マット運動 高跳び</p>	<p>①自己の体力について振り返り分析する。「豊かなスポーツライフの設計」についてグループワークを行い、知識・理解を深める。</p> <p>②選択した運動の実践を通して、知識を深めるとともに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。グループで活動の計画・実施・評価・改善に取り組み、リーダーとしての責任・公正な判断・チームでの協力する姿勢を高める。 種目の特性を理解しルールを工夫し生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。</p>
3 学 期	<p>②3学期選択 館内球技 外球技 マット運動 高跳び</p>	<p>②選択した運動の実践を通して、知識を深めるとともに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。グループで活動の計画・実施・評価・改善に取り組み、リーダーとしての責任・公正な判断・チームでの協力する姿勢を高める。 種目の特性を理解しルールを工夫し生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てる。</p>

