

教科・科目	保健体育・体育③	単位数	2(前期1+後期1)		
		ライン	3	開講時期	前期と後期

### 1 学習の到達目標等

学習の到達目標	知識を深めるとともに運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを味わうことができる。また、自分の能力に応じて、体力の向上を図ることができる。そして、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する力を身に付け、実践することができる。
使用教科書・副教材等	最新高等保健体育改訂版(大修館書店) ステップアップ高校スポーツ(大修館書店)

### 2 評価の観点等

観点	趣旨	評価方法	配分
a. 関心・意欲・態度	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、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。	観察 レポート	25%
b. 思考・判断	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運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、状況に応じて体力を高める運動を継続する計画を工夫している。	観察 レポート	25%
c. 運動の技能	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	観察 実技試験	25%
d. 知識・理解	運動の技術(技)の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての方法、運動やスポーツの効果的な学習の仕方を理解している。	観察 レポート	25%

### 3 学習計画

スクーリング回数	学習内容	学習のねらい	評価の観点			
			a	b	c	d
前期	① 体づくり運動 ショートテニス①(ボール慣れ等)	体を動かす楽しさや喜びを深く味わおうとする。	○			
	② ショートテニス② (ストローク)	ストロークにおける技術的なポイントを理解することができる。				○
	③ ショートテニス③ (ラリー・サービス)	ねらった場所にサービスを打つために、仲間に対して、技術的な課題を指摘することができる。		○		
	④ ショートテニス④ (ラリー・スマッシュ)	ボールを相手コートに空いた場所やねらった場所に打ち返ししながら、攻防を展開することができる。			○	
	⑤ ショートテニス⑤ (ゲーム)	フェアなプレイを大切にしながら、勝敗を競う楽しさや喜びを一層深く味わおうとする。	○			
	⑥	この回は実施されません				
	⑦ ショートテニス⑥ (ゲーム)	ダブルスのコンビネーションを理解して、ゲームを行うことができる。				○
	放送視聴 第6回・第7回	視聴教材を視聴し、運動やスポーツの効果的な学習の仕方を理解する。				○
後期	⑧ 体づくり運動 バレーボール①(ボールコントロール)	運動を生涯にわたって楽しむために、自己に適した体の動かし方を見つけることができる。		○		
	⑨	この回は実施されません				
	⑩ バレーボール② (パス)	仲間と協力して、バレーボールの学習に主体的に取り組もうとする。	○			
	⑪ バレーボール③ (パス、サービス)	ねらった場所にサービスを打つために、仲間に対して、技術的な課題を指摘することができる。		○		
	⑫ バレーボール④ (パス、スパイク)	スパイクを打つための技術的なポイントを理解することができる。				○
	⑬ バレーボール⑤ (ゲーム)	打球に応じて味方の動きを予測して、味方のいないスペースへ動くことができる。			○	
	⑭ バレーボール⑥ (ゲーム)	状況に応じたボール操作や連携した動きによって、空間を作り出すなどの攻防を展開することができる。			○	
	放送視聴 第13回・14回	視聴教材を視聴し、運動やスポーツの効果的な学習の仕方を理解する。				○

### 4 単位修得の条件(次の「スクーリング」、「レポート」、「試験」の条件のすべてを満たすことが必要。)

スクーリング	前期5回以上、後期5回以上出席すること。	
	放送視聴について	各期1回までスクーリング回数に含めることができる。(視聴2回で1回分)
	教科別質問教室について	各期2回までスクーリング回数に含めることができる。
レポート	前1回、後1回それぞれに合格すること。	
試験	前期1回、後期1回、それぞれに合格すること。	

○ 学習の記録		担当の先生	先生		登録					
スクーリング回数	学 習 内 容	レポート				スクーリング実施日				
		回	提出日・合格			日S	月S	火S	木S	
前期	① 体づくり運動 ショートテニス① (ボール慣れ・ラケット慣れ)	前1	1 3	2 4		4/23	-	4/25	4/27	
	② ショートテニス② (ストローク)					5/14	-	5/16	5/18	
	③ ショートテニス③ (ラリー・サービス)					5/28	-	5/30	6/1	
	④ ショートテニス④ (ラリー・スマッシュ)					6/11	-	6/13	6/15	
	⑤ ショートテニス⑤ (ゲーム)					6/25	-	6/27	6/29	
	⑥	この回は実施されません								
	⑦ ショートテニス⑥ (ゲーム)					7/23	-	7/25	7/27	
	放送 視聴	NHK高校講座「体育実技」第8回 NHK高校講座「保健体育」第27回	視聴票	1	2		月 日 合格			
	試験	ショートテニス 実技試験		本試験	追再試	8/27	-	8/29	8/24	
後期	⑧ 体づくり運動 バレーボール① (ボールコントロール)	後1	1 3	2 4		10/8	-	10/10	10/12	
	⑨	この回は実施されません								
	⑩ バレーボール② (パス)					11/5	-	11/7	11/2	
	⑪ バレーボール③ (パス、サービス)					11/19	-	11/21	11/22	
	⑫ バレーボール④ (パス、スパイク)					12/3	-	12/5	12/7	
	⑬ バレーボール⑤ (ゲーム)					12/17	-	12/19	12/21	
	⑭ バレーボール⑥ (ゲーム)					1/7	-	1/9	1/11	
	放送 視聴	NHK高校講座「体育実技」第10回 NHK高校講座「保健体育」第28回	視聴票	1	2		月 日 合格			
	試験	バレーボール 実技試験		本試験	追再試	1/28	-	1/30	1/25	
【先生からのメッセージ】 指定の体操服・体育館シューズで、スクーリングに出席してください。忘れた場合は、受講を認めません。また、安全確保のため、ネックレス・ピアス・指輪等は外して受講してください。なお、病気やけが等で実技ができないときは、早めに教科担当者へ相談してください。現代社会において、健康を維持していくためには、運動することがとても大切です。授業を通して、生涯を通じて行うことができる「マイスポーツ」を見つけていきましょう。										