

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・体育①	単位数	2(通年)
		学年等	平日登校コース・1年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>(1) 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。</p> <p>(2) 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えたりすることができる。</p> <p>(3) 運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組むことができる。</p>
使用教科書 副教材等	現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えたりすることができる。	運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前期	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・陸上競技(ジャバリックスロー、ハードル走) ・バドミントン ・テニス ・ソフトバレー ・体育理論 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルテスト ・練習や試合の様子 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の観察・態度 ・ワークシート 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点
後期	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・陸上競技(ジャバリックスロー、ハードル走) ・バドミントン ・テニス ・ソフトバレー 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルテスト ・練習や試合の様子 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の観察・態度 ・ワークシート 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	単元及び学習内容	時数			
前期	4	・体づくり運動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	4			
	5	・次の4種目をローテーションして学習する。(通年)	8			
	6	1. ジャベリックスロー 立ち投げ サイドステップ ステップからのスロー ハードル走 スタートからのアプローチ ハードリング リズミカルな走り 2. バドミントン シャトル慣れ ラケットワーク サービスの打ち方 ルール ラリー ゲーム 3. テニス ラケットワーク(フォア・バック) サーブの打ち方 ルール ラリー ゲーム 4. ソフトバレー アンダーハンドパス オーバーハンドパス 攻撃や守備 ルール ラリー ゲーム	8			
				7	・体づくり運動 ニュースポーツ	4
				8	・体育理論 01 スポーツの始まりと変遷 02 文化としてのスポーツ	6
				9	03 オリンピックとパラリンピックの意義 04 スポーツが経済に及ぼす効果	6
	9	05 スポーツの高潔さとドーピング 06 スポーツと環境	6			
		・体づくり運動 ニュースポーツ	3			
		・前期の学習のまとめ	2			
	後期	10	・体づくり運動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	8		
11		・次の4種目をローテーションして学習する。(通年)	8			
12		1. ジャベリックスロー 立ち投げ サイドステップ ステップからのスロー ハードル走 スタートからのアプローチ ハードリング リズミカルな走り 2. バドミントン シャトル慣れ ラケットワーク サービスの打ち方 ルール ラリー ゲーム 3. テニス ラケットワーク(フォア・バック) サーブの打ち方 ルール ラリー ゲーム 4. ソフトバレー アンダーハンドパス オーバーハンドパス 攻撃や守備 ルール ラリー ゲーム	6			
				1	6	
				2	5	
				3	2	
		後期の学習のまとめ	2			

5 その他

体育①の授業では、種目ごとに期間を定めて4種目をローテーションしながら学習します。体育②から始まる「自分の意志による種目選択」に向けて、各種目の楽しさや喜びを味わい、基本的な資質・能力の習得を目指します。種目評価については知識・技能ではスキルテストや練習・試合の様子などの行動観察で評価し、思考・判断・表現では授業中の観察や態度などの行動観察やワークシートで評価し、主体的に学習に取り組む態度では、欠課や見学、忘れ物などをせず、主体的に取り組もうとする姿勢やワークシートで評価します。

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・体育②	単位数	2(通年)
		学年等	平日登校コース・2年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>(1) 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。</p> <p>(2) 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えたりすることができる。</p> <p>(3) 運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組むことができる。</p>
使用教科書 副教材等	現代高等保健体育(大修館書店)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えたりすることができる。	運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前期	体づくり運動 ・次の中から1種目を選択し、学習する。 バドミントン バasketボール 卓球 ダンス ソフトボール ・体育理論	・スキルテスト ・練習や試合の様子	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点
後期	・次の中から2種目を選択し、学習する。 フットサル ソフトバレー アルティメット サッカー テニス バasketボール 卓球 バドミントン	・スキルテスト ・練習や試合の様子	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	単元及び学習内容	時数
前期	4	・体づくり運動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	6
	5	・次の中から1種目を選択し、学習する。	21
	6	バドミントン シャトル慣れ ラケットワーク 各種フライトの打ち方 ルール ラリー サービス(フォア・バック) ゲーム	
		バスケットボール パス ドリブル シュート(ドリブル・レイアップ) ルール ゲーム	
	7	卓球 ピン球慣れ ラケットワーク サーブの打ち方(フォア・バック) ルール ラリー ゲーム	
		ダンス テーマに対してふさわしい動きをする 仲間と協力してまとめる 音楽に合わせて仲間と発表をする	
	8	ソフトボール キャッチボール バッティング 守備 ルール 攻撃と守備 ゲーム	
		・体育理論 01 スポーツにおける技能と体力 02 スポーツにおける技術と戦術	
	9	03 技能の上達過程と練習 04 効果的な動きのメカニズム 05 体カトレーニング 06 運動やスポーツでの安全の確保	
	前期の学習のまとめ		
後期	10	・次の中から2種目を選択し、学習する。	33
	11	フットサル パス キックの種類 ドリブル トラッピング シュート ルール 攻撃や守備 ゲーム	
		ソフトバレー ボール慣れ パス(オーバー・アンダー) レシーブ スパイク ルール 攻撃や守備 ゲーム	
	12	アルティメット ディスクの持ち方 フォアハンドスロー バックハンドスロー ルール 攻撃や守備 ゲーム	
		サッカー パス キックの種類 ドリブル トラッピング シュート ルール 攻撃や守備 ゲーム	
	1	テニス ボール慣れ ラケットワーク フットワーク サーブ ルール ゲーム	
	2	バスケットボール 前期に同じ	
		卓球 前期に同じ	
	3	バドミントン 前期に同じ	
後期の学習のまとめ		2	

5 その他

体育②の授業では、自分の意志で種目を選択し、その種目を行います。体育①で身に付けた基本的な知識・技能や経験を生かし、主体的に取り組み、資質・能力を伸ばしましょう。種目評価については知識・技能ではスキルテストや練習・試合の様子などの行動観察で評価し、思考・判断・表現では授業中の観察や態度などの行動観察やワークシートで評価し、主体的に学習に取り組む態度では、欠課や見学、忘れ物などをせず、主体的に取り組もうとする姿勢やワークシートで評価します。

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・体育③	単位数	2(通年)
		学年等	平日登校コース・3年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>(1) 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。</p> <p>(2) 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えたりすることができる。</p> <p>(3) 運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組むことができる。</p>
使用教科書 副教材等	現代高等保健体育(大修館書店)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えたりすることができる。	運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前期	体づくり運動 ・次の中から1種目を選択し、学習する。 バドミントン バスケットボール 卓球 ダンス ソフトボール ・体育理論	・スキルテスト ・練習や試合の様子	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点
後期	・次の中から2種目を選択し、学習する。 フットサル ソフトバレー アルティメット サッカー テニス バスケットボール 卓球 バドミントン ダンス	・スキルテスト ・練習や試合の様子	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	単元及び学習内容	時数	
前期	4	・体づくり運動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	6	
	5	・次の中から1種目を選択し、学習する。	21	
	6	バドミントン		シャトル慣れ ラケットワーク 各種フライトの打ち方 ルール ラリー サービス(フォア・バック) ゲーム
		バスケットボール		パス ドリブル シュート(ドリブル・レイアップ) ルール ゲーム
		卓球		ピン球慣れ ラケットワーク サーブの打ち方(フォア・バック) ルール ラリー ゲーム
		ダンス		テーマに対してふさわしい動きをする 仲間と協力してまとめる 音楽に合わせて仲間と発表をする
	7	ソフトボール		キャッチボール バッティング 守備 ルール 攻撃と守備 ゲーム
	8	・体育理論 01 生涯スポーツの見方・考え方 02 ライフスタイルに応じたスポーツ		6
	9	03 スポーツを推進する取り組み 04 豊かなスポーツライフの創造		2
	前期の学習のまとめ			
後期	10	・次の中から2種目を選択し、学習する。	33	
	11	フットサル		パス キックの種類 ドリブル トラップング シュート ルール 攻撃や守備 ゲーム
		ソフトバレー		ボール慣れ パス(オーバー・アンダー) レシーブ スパイク ルール 攻撃や守備 ゲーム
		アルティメット		ディスクの持ち方 フォアハンドスロー バックハンドスロー ルール 攻撃や守備 ゲーム
	12	サッカー		パス キックの種類 ドリブル トラップング シュート ルール 攻撃や守備 ゲーム
		テニス		ボール慣れ ラケットワーク フットワーク サーブ ゲーム
	1	バスケットボール		前期に同じ
		卓球		前期に同じ
		バドミントン		前期に同じ
2	ダンス	前期に同じ		
	3	後期の学習のまとめ	2	

5 その他

体育③の授業では、自分の意志で種目を選択し、その種目を行います。体育②までの経験や学習を生きし、生涯にわたって継続して運動に親しむための資質・能力を伸ばしましょう。種目評価については知識・技能ではスキルテストや練習・試合の様子などの行動観察で評価し、思考・判断・表現では授業中の観察や態度などの行動観察やワークシートで評価し、主体的に学習に取り組む態度では、欠課や見学、忘れ物などをせず、主体的に取り組もうとする姿勢やワークシートで評価します。

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・体育A	単位数	1(前期又は後期)
		学年等	平日登校コース・2年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>(1) 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。</p> <p>(2) 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えたりすることができる。</p> <p>(3) 運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組むことができる。</p>
使用教科書 副教材等	現代高等保健体育(大修館書店)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解し、健康・安全を確保して学習に取り組むことができる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題解決に向けて、取組を工夫したり、自己や仲間の考えを他者に伝えたりすることができる。	運動を継続する意義を理解し、課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的、意欲的に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前半	<ul style="list-style-type: none"> ・体づくり運動 ・サッカー ・卓球 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルテスト ・練習や試合の様子 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の観察・態度 ・ワークシート 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点
後半	<ul style="list-style-type: none"> ・卓球 ・バスケットボール 	<ul style="list-style-type: none"> ・スキルテスト ・練習や試合の様子 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の観察・態度 ・ワークシート 	<ul style="list-style-type: none"> ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・保健①	単位数	1(通年)
		学年等	平日登校コース・1年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>(1) 現代社会と健康及び安全な社会生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、それに関わる技能を活用することができる。</p> <p>(2) 現代社会と健康及び安全な社会生活について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表現することができる。</p> <p>(3) 現代社会と健康及び安全な社会生活について関心をもち、意欲的に学習に取り組むことができる。</p>
使用教科書 副教材等	<p>現代高等保健体育 改訂版(大修館書店)</p> <p>現代高等保健体育ノート 改訂版(大修館書店)</p>

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	現代社会と健康及び安全な社会生活について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、それに関わる技能を活用することができる。	現代社会と健康及び安全な社会生活について、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表現することができる。	現代社会と健康及び安全な社会生活について関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前期	1 現代社会と健康 01~14	・定期考査	・定期考査 ・ノート	・授業の観察 ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点
後期	1 現代社会と健康 15~19	・定期考査	・定期考査 ・ノート	・授業の観察 ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	2 安全な社会生活 01~06			
評価点		70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	単元及び学習内容	時数
前期	4	1 現代社会と健康	15
	5	01 健康の考え方と成り立ち 02 私たちの健康のすがた	
		03 生活習慣病の予防と回復 04 がんの原因と予防 05 がんの治療と回復	
	6	06 運動と健康 07 食事と健康 08 休養・睡眠と健康	
	7	09 喫煙と健康 10 飲酒と健康 11 薬物乱用と健康	
	8	12 精神疾患の特徴 13 精神疾患の予防 14 精神疾患からの回復	
	9		
	 前期期末考査	
		前期の学習のまとめ	1
後期	10	1 現代社会と健康	8
		15 現代の感染症 16 感染症の予防 17 性感染症・エイズとその予防	
	11	18 健康に関する意思決定・行動選択 19 健康に関する環境づくり	
	12	2 安全な社会生活	8
		01 事故の現状と発生要因 02 安全な社会の形成 03 交通における安全	
	1	04 応急手当の意義とその基本 05 日常的な応急手当 06 心肺蘇生法	
	2	 後期期末考査
3	後期の学習のまとめ	1	

5 その他

保健は、生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎を培う上で、中心的な役割を担う科目です。学習内容を基に、日常生活の中で課題を解決したり、健康的な生活を実践したりできるようになることを目指します。自分や家族、友人など身近な人々の生活と結びつけながら、学習を進めていきましょう！

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・保健②	単位数	1(前期又は後期)
		学年等	平日登校コース・2年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>(1) 生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、それに関わる技能を活用することができる。</p> <p>(2) 生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表現することができる。</p> <p>(3) 生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて関心をもち、意欲的に学習に取り組むことができる。</p>
使用教科書 副教材等	<p>現代高等保健体育(大修館書店)</p> <p>現代高等保健体育ノート(大修館書店)</p>

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解し、それに関わる技能を活用することができる。	生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて、課題の解決を目指して総合的に考え、判断し、それらを表現することができる。	生涯を通じる健康及び健康を支える環境づくりについて関心をもち、意欲的に学習に取り組もうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前半	3 生涯を通じる健康 01~10	・定期考査	・定期考査 ・ノート	・授業の観察 ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点
後半	4 健康を支える環境づくり 01~11	・定期考査	・定期考査 ・ノート	・授業の観察 ・授業に臨む態度 ・授業参加の内容
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	月	単元及び学習内容	時数		
前半	4	10	3 生涯を通じる健康 01 ライフステージと健康 02 思春期と健康 03 性意識と性行動の選択 04 妊娠・出産と健康 05 避妊法と人工妊娠中絶	16		
	5					
		11	06 結婚生活と健康 07 中高年期と健康 08 働くことと健康 09 労働災害と健康 10 健康的な職業生活			
	6					
		12	前半の学習のまとめ			
			中間考査(前期又は後期)	1		
後半	6	12	4 健康を支える環境づくり 01 大気汚染と健康 02 水質汚濁、土壌汚染と健康 03 環境と健康にかかわる対策 04 ごみの処理と上下水道の整備 05 食品の安全性 06 食品衛生にかかわる活動 07 保健サービスとその活用 08 医療サービスとその活用 09 医薬品の制度とその活用 10 さまざまな保健活動や社会的対策 11 健康に関する環境づくりと社会参加	15		
	7					
		1				
	8					
		2				
	9					
					期末考査(前期又は後期)	1
		3	後半の学習のまとめ		1	

5 その他

保健は、生涯を通じて健康で安全な生活を送るための基礎を培う上で、中心的な役割を担う科目です。学習内容を基に、日常生活の中で課題を解決したり、健康的な生活を実践したりできるようになることを目指します。自分や家族、友人など身近な人々の生活と結びつけながら、学習を進めていきましょう！

年間指導計画表(シラバス)

科目名	保健体育・生涯スポーツ	単位数	2(通年)
		学年等	平日登校コース・4年次

1 学習の到達目標等

学習の到達目標	<p>(1) 運動の多様な意義やスポーツの推進及び発展の仕方について理解するとともに、スポーツの推進及び発展に必要な技能を身に付けることができる。</p> <p>(2) 生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に必要な自他や社会の課題を発見し、思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。</p> <p>(3) 課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的に取り組むとともに、公正、協力、責任、参画、共生などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯を通して運動を継続するとともにスポーツの推進及び発展に寄与する態度を養うことができる。</p>
使用教科書 副教材等	現代高等保健体育(大修館書店)

2 評価の観点等

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
趣旨	運動の多様な意義やスポーツの推進及び発展の仕方について理解するとともに、スポーツの推進及び発展に必要な技能を身に付けることができる。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に必要な自他や社会の課題を発見し、思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。	課題解決や練習、試合、発表などの仲間との学習に主体的に取り組むとともに、公正、協力、責任、参画、共生などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、生涯を通して運動を継続するとともにスポーツの推進及び発展に寄与する態度を養おうとする。
評価点	140点	140点	140点

3 評価の計画

学期	単元	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
前期	オリエンテーション 生涯スポーツの実践 スポーツライフプランの設定 グループ別活動	・スキルテスト	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点
後期	練習会の企画・実践 大会・発表会の企画 大会・発表会の運営 まとめ・グループ発表	・スキルテスト	・授業の観察・態度 ・ワークシート	・授業に臨む態度 ・授業参加の内容 ・ワークシート
	評価点	70点	70点	70点

4 指導の計画

学期	月	単元及び学習内容	時数
前期	4	1 オリエンテーション 体育①～③の振り返り 体育理論	4
	5	2 生涯スポーツの実践 ゴール型(アルティメット) ネット型(バレーボール) ベースボール型(ソフトボール) ターゲット型(ゴルフ) 種目別ゲーム形式	8
	6	3 スポーツライフプランの設定 アンケートと希望別グループ分け 種目設定	7
	7 8	4 グループ別活動 種目の特性や歴史 グループ別実践 課題探究・解決	14
	9	前期の学習のまとめ	2
後期	10	1 練習会の企画・実践 指導案の作成(個人) 練習会の運営・参加	8
	11	2 大会・発表会の企画 競技別練習会の企画・話し合い	8
	12 1	3 大会・発表会の運営 競技会の実施	15
	2	4 まとめ・グループ発表 競技会の反省・振り返り・評価	2
	3	後期の学習のまとめ	2

5 その他

指定の体操服・体育館シューズで、授業に出席するようにしてください。忘れた場合は、受講を認めません。本校の生徒としての自覚をもち、規則や約束を守るなど、責任をもった行動のできる者のみ受講して下さい。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」を見つけましょう！