

教科名	保健体育	科目名	体育	履修学年	高校	3年(男子)全組
単位数	2単位		使用教科書 教材等	ステップアップ 高校スポーツ (大修館)		
担当者	松岡・月見・福嶋・佐藤					
学習目標	各種の運動を行い、各個人の体力に応じた体力の向上を促し、心身の健全発達を図る。運動技能を高めると共に、運動を通して、生活を健全に明るく豊かにする能力や態度、競争や協同の経験を通して、公正・協力・責任などの態度を養い、社会生活における望ましい行動の仕方を身に付けさせる。					
学習内容	1学期：ソフトボール		2学期：バドミントン		3学期：球技選択	
備考	実技試験と平常点(出欠席、見学(見学報告書)、授業態度)によって評価する。実技試験欠席の場合は再試を行う。					
授業計画						
学期	月	学習内容・単元等				
1学期	4月	体力測定 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、50m走、ハンドボール投げ				
	5月	体育祭種目練習				
	6月	ソフトボール ・技術練習 1. スローイング(オーバー・サイド・アンダー) 2. バッティング(構え方・スイング) 3. ピッチング(スリリングショットモーション) 4. 捕球(内野ゴロ、外野フライ) ・ゲーム※ルール説明				
	7月	・実技試験				
	8月					
2学期	9月	バドミントン ・ストロークの技術練習 1. オーバーヘッドストローク 2. サイドアームストローク 3. アンダーハンドストローク 4. クリアー 5. ドロップ 6. スマッシュ 7. ドライブ 8. プッシュ 9. ヘアピン				
	10月	・サービスの技術練習 ・ルール説明(シングル・ダブルス)				
	11月	・ゲーム ・実技試験				
	12月					
3学期	1月	球技選択 球技の中から1~2種目選択し、ゲームを中心に実施する。 サッカー、ソフトボール、バスケットボール、テニス				
	2月					
	3月					

教科名	保健体育	科目名	体育	履修学年	中学 ・ 高校	3年	女子 全組		
単位数	2単位		使用教科書 教材等	ステップアップ高校スポーツ（大修館）					
担当者	福島 葉子・深見 雅子								
学習目標	各種の運動を行い、各個人の体力に応じた体力の向上を促し、心身の健全発達を図る。運動技能を高めると共に、運動を通して、生活を健全に明るく豊かにする能力や態度、競争や協同の経験を通して、公正・協力・責任などの態度を養い、社会生活における望ましい行動の仕方を身に付けさせる。								
学習内容	体力テストを行い、今後の生活に活用していく。 ダンス（集団）では、音楽に合わせ、扇を用いて自然を表現する。体育祭で発表を行う。 バドミントンでは、ルールの確認・基本的なショットおよびサーブを練習し、個人戦のリーグ戦を行う。 ソフトボールでは、スロー・キャッチおよびバッティングを練習し、ゲームを行う。								
授業方法	基本・応用練習を個人やグループで行い、ゲームに生かしていく。各種目、実技試験を行う。								
評価方法	実技試験と平常点（出欠席、見学（見学報告書）、授業態度）によって評価する。実技試験欠席の場合は再試を行う。								
備考	安全に留意しスポーツを行う。								
授業計画									
学期	月	学習内容・単元等				時間数	区分1 評価	区分2 評価	
	4月	体ほぐし運動および体づくり運動の実施 新体力テストの実施							
1学期	5月	ダンス 集団演技 ・学年全体ダンス作成 ・曲 「Snow Dance」		バドミントン			1学期中間・ 期末考査		
	6月	・演技練習 ・波の練習 ・ 体育祭 発表		・基本練習 グリップの握り方、ストローク（アンダーハンド ストローク、オーバーヘッドストローク） サービス（ロングハイ、ショート）					
	7月	・ダンス テスト		・ゲーム ハーフコートシングル、ダブルスなど ・試験					
	8月								
2学期	9月	ソフトボール ・ルール説明 ・基本練習		スローイング（オバースロー・サイドスロー） キャッチング（フライ・ゴロ）			2学期中間・ 期末考査		
	10月			バッティング（グリップの握り方・打ち方） 投球方法（スリング・ウィンドミル）					
	11月	・ゲーム ・試験							
	12月								
3学期	1月	球技選択 球技の中から1～2種目選択し、ゲームを中心に実施する。 （サッカー、ソフトボール、バスケットボール、バレーボール、卓球、テニス）						学年末考査	
	2月								
	3月								