

履修年次	科・コース	教科名	科目名	単位数	履修形態
高校3年	英語科・普通科	保健体育	体育	3	必修

教科書	保健体育（大修館出版）
その他の教材	

目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 体力をつける 2. 自分の身体について知る 3. 生徒のモチベーションを高める授業の確立 4. 授業および体育的行事を通して集団行動や礼儀などを身に付ける
学習のねらい	<ol style="list-style-type: none"> 1. 自己の体力を知り、運動やスポーツに親しみ、生涯にわたって健康な生活を送っていくことができるようにする。 2. 自己の体力を知り、体力や生活に応じた体力づくりを行うことができる。 3. 各自の技能を活かしながら、お互いを尊重し合い協力して練習やゲームができる。 4. 決められたルールを守り、行うことができる。
定期考査	実施せず（各単元の後半に実技試験を行う）
評価の観点 および 評価の方法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 各単元の実技試験で7割程度と平常点で3割程度を目安として評価する。 2. 平常点は以下の項目で評価する。 <ol style="list-style-type: none"> ①授業への参加状況 ②授業への意欲 ③授業態度 ④身だしなみの状況（服装、髪、爪、装飾品など）
履修上の注意	<ol style="list-style-type: none"> 1. 身だしなみを整えて授業に参加しましょう。 <ul style="list-style-type: none"> ・学校指定の長袖、長ズボンの着用（期間：4月～6月、10月～3月） ・学校指定の半袖、ハーフパンツの着用（期間：6月～9月） ・運動に適した靴下の着用 ・学校指定の屋内シューズの着用（屋外は、運動に適したもの） ・髪をしばり、前髪をとめる。 ・爪を短くする。（手の平から見た時に爪が見えない程度） ・装飾品を身に付けない。 2. 授業の開始時間を守りましょう。 <ul style="list-style-type: none"> ・授業開始1分前までに整列を完了し、黙想をしてチャイムを待つ。 ・授業の始めと終わりのあいさつ（分離礼）を元気に行う。 3. 授業場所の出入りについて <ul style="list-style-type: none"> ・体育館の入場は、入り口で上履きを履き替え、脱いだ上履きは下駄箱に置く。 ・グラウンドへは、外に出る通路で外履きと履き替え、脱いだ上履きをそろえて置く。 4. 授業を休む場合は必ず授業担当者に連絡をしましょう。 <ul style="list-style-type: none"> ・授業を見学する場合、授業前にその旨を授業担当者に伝え、授業中は見学用紙に必要事項を記入し、授業終了後にその用紙を提出する。 ・体調不良等で授業を休む場合は、授業前にその旨を本人が授業担当者に伝える。 5. 長期見学について <ul style="list-style-type: none"> ・保護者からの届出が必要です。（書式は自由）

桜の聖母学院中学校・高等学校 H29(2017/18)年間指導計画

期	月	学習項目・学習内容		テストと評価
		体育	ダンス	
1 学期	4 月	○オリエンテーション ○体力づくり ○本校の体力測定	○オリエンテーション ○ストレッチ ○レクリエーションダンス	○バスケットボールの技能について、授業の中で実技試験を実施します。
	5 月	○球技〔バレーボール〕 ・個人技能の習得 (パス・サーブ・スパイク)	○生活習慣病を予防するための効果的な運動の知識と実技	
	6 月	・集団技能の習得 (3段攻撃)	・ストレッチ	
	7 月	・ゲーム ・ルールや審判法の習得	・有酸素運動 ・筋力トレーニング ・ピラティス ・ヨガ ・バランスボール	
夏季 休業				
2 学期	9 月	○体ほぐし運動 ○体力テスト	○生活習慣病を予防するための効果的な運動の知識と実技 ・ストレッチ	○バレーボールの技能について、授業の中で実技試験を実施します。
	10 月	○球技〔バスケットボール〕 ・個人技能の習得 ・集団技能の習得 ・ゲーム	・有酸素運動 ・筋力トレーニング ・ピラティス ・ヨガ	
	11 月	・ルールや審判法の習得	・バランスボール ・マッサージ	
	12 月	○バドミントン ・集団技能の習得	○レクリエーションダンス ○親子体操	
冬季 休業				
3 学期	1 月	・ゲーム ・ルールや審判法の習得	○一年の振り返り ○レクリエーションダンス	○バドミントンに技能について、授業の中で実技試験を実施します。