

教科	保健体育科	科目	体育	単位数	2	学年	3
学科 ・ コース	普通科 特進コース、総合キャリアコース、看護医療進学コース、 幼児教育コース、音楽コース 美術科 アート・イラスト・アニメーションコース						
教科書	大修館 現代高等保健体育	副 教 材	保健体育手帳				
科目 の 概 要	心と体を一体と捉え、健康と安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。 また、運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わい、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姿勢や能力を育てる。			評 価 の 観 点	○知識・技能 各種目のポイントを理解し、能力が発揮できる。 ○思考・判断・表現 授業内容を理解し、実際に活かしている。 見聞きした動きを身体表現している。 ○主体的に学習に取り組む態度 チームやグループでの自分の役割を理解し積極的に取り組もうとしている。 健康・安全に留意している。		
				評 価 方 法	評価基準の3つの観点から総合的に評価する。 ・実技評価（タイム測定など） ・レポートやワークシート ・授業に取り組む姿勢 ・平常点（出席・参加・提出物・授業準備）		
授 業 内 容	【1学期】 50m測定 ターゲットバードゴルフ 体育理論 【2学期】 水泳（平泳ぎ） 球技（バドミントン） 【3学期】 軽スポーツ（卓球）			学 習 方 法	【実技】各種目の特徴に応じて行う ウォーミングアップ・主運動・練習・測定など・クールダウン プリント資料・ICT機器の活用 【理論】基本的に教室にて講義形式で行う。 教科書・プリント・ICT機器の活用		
				備 考	状況により変更する場合あり。		

教科	保健体育科	科目	体育	単位数	4	学年	3	
コース ・ レーン	普通科 スポーツコース							
教科書	なし		副教材	保健体育手帳				
科目 の 概 要	心と体を一体と捉え、健康と安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。 また、運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わい、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姿勢や能力を育てる。			評価の観点	<p>○知識・技能 各種目のポイントを理解し、能力が発揮できる。</p> <p>○思考・判断・表現 授業内容を理解し、実際に活かしている。 見聞きした動きを身体表現している。</p> <p>○主体的に学習に取り組む態度 チームやグループでの自分の役割を理解し積極的に取り組もうとしている。 健康・安全に留意している。</p>			
				評価方法	<p>評価基準の3つの観点から総合的に評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実技評価（タイム測定など） ・レポートやワークシート、小テスト ・授業に取り組む姿勢 ・平常点（出席・参加・提出物・授業準備） 			
				学習方法	<p>【実技】各種目の特徴に応じて行うウォーミングアップ・主運動・練習・測定など・クールダウン</p> <p>プリント資料・ICT機器の活用</p> <p>【理論】基本的に教室にて講義形式で行う。 プリント・ICT機器の活用</p>			
授業内容	<p>【1学期】 テニス 走り高跳び コントロールテスト（4種目） （30m走、砲丸バック投げ、立ち幅跳び、立ち三段跳び）</p> <p>【2学期】 水泳 バドミントン ゴルフ フリークライミング</p> <p>【3学期】 レクリエーションスポーツ</p>			備考	状況により変更する場合あり。			

教科	保健体育科	科目	(学) スポーツライフスタイル	単位数	2	学年	3	
コース ・ レーン	普通科 スポーツコース							
教科書	なし		副 教 材	保健体育手帳				
科目 の 概 要	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、運動場面だけでなく、日常生活で生かせるよう、ライフステージと健康について、知識や理解を深めるとともに、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、適切に判断する能力を養う。スポーツを広い意味で捉え、それにかかわる学習と実践を行う。 チーム作りにおいては、他学年と合同で、競技することによってチームワークを育て、各学年の役割を遂行する責任感を育て、コミュニケーション能力を高める。			評 価 の 観 点	<p>○知識・技能 各種目のポイントを理解し、能力が発揮できる。</p> <p>○思考・判断・表現 授業内容を理解し、実際に活かしている。 見聞きした動きを身体表現している。</p> <p>○主体的に学習に取り組む態度 チームやグループでの自分の役割を理解し積極的に取り組もうとしている。 健康・安全に留意している。</p>			
				評 価 方 法	<p>評価基準の3つの観点から総合的に評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・練習日誌（日記）・実技評価 ・自己評価シート・ワークシート・課題 ・取り組む姿勢・参加点 			
授 業 内 容	3年間継続し、フィジカル、メンタル、コンディショニングなど、直接クラブ活動にフィードバックできる内容を学習していく。 また、チームとして3学年同時授業を展開し、3年生を中心に縦割りりでチームを構成し、バレーボールなど様々な競技にチャレンジする。 スポーツテスト・集中力トレーニング・3分間スピーチ・クラブ紹介パフォーマンス・アルティメット・ボッチャ・キンボール・バレーボール・バスケットボール・ドッジボール・バドミントン・ストレッチ・メンタルトレーニング・コンディショニング・日めくりカレンダーづくり			学 習 方 法	<p>授業やクラブ活動の中で、学んだことを実践し、スポーツに関わることを幅広く学んでいく。 授業に参加する積極的な姿勢や取り組みが重要となる。各期間に設けられる課題や実技テスト、毎日の練習日誌（日記）を書く。</p>			
				備 考	状況により変更の場合あり。			

教科	保健体育科	科目	(学) ダンス	単位数	1	学年	3	
コース ・ レーン	普通科 スポーツコース							
教科書	なし		副 教 材	音楽・動画教材・ICT 機器				
科目 の 概 要	心と体を一体と捉え、健康と安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。 弾むリズムの音楽に心も身体も溶かし込み、心と身体を全開して、踊る欲求に目覚めさせることをスタートとし、「今持っている力で踊り楽しむ」から「工夫して踊り楽しむ」へといつでも、どこでも、誰とでも踊りを自発的に楽しむ力を育てていく。			評 価 の 観 点	○知識・技能 課題曲や振付のポイントを理解し、能力が発揮できる。 ○思考・判断・表現 授業内容を理解し、実際に活かしている。 見聞きした動きを身体表現している。曲に合わせた振付を考えることができる。 ○主体的に学習に取り組む態度 グループでの自分の役割を理解し、積極的に取り組もうとしている。 授業準備や片付けにも協力して行える。			
				評 価 方 法	評価基準の3つの観点から総合的に評価する。 ・実技評価 ・レポートやワークシート ・授業に取り組む姿勢 ・平常点(出席・参加・提出物・授業準備)			
授 業 内 容	【1学期】 課題曲で踊る リズムダンス 【2学期】 即興表現の発展 作品創作（自由な発想での創作） 【3学期】 グループごとに作品を創作し、完成させる。 発表に加えて発表会の企画運営も行う。			学 習 方 法	日頃より体を動かす習慣を身につける。 また習慣的にストレッチを行うことによって柔軟性を高める。 音楽のリズムを意識し、合わせて動く心地よさを感じる。			
				備 考	状況により変更する場合あり。			