

3年生

1 科目の目標

- 1 スポーツの楽しさを味わい、継続的に運動に親しむ力を育てる。
- 2 選択制授業を通して、仲間と豊かに関わり合い公正・協力・責任の態度を育てる。
- 3 自己やグループの能力に応じた課題の解決をめざした課題解決型の学習をめざす。

2 教科書

参考資料 大修館 アクティブスポーツ

3 科目全体の評価の観点と趣旨

知識・技能	・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の行い方を身につけているか。 ・運動技術のしくみと運動の学び方について理解できているか。	テスト
思考・判断・表現	・課題解決をめざして、活動の仕方を考え工夫しているか。 ・自己の能力と運動の特性に応じた課題解決をめざして運動を行い技能を高めているか。	行動観察 授業参加の様子
主体的に取り組む態度	・公正・協力・責任などの社会的態度が身に付いているか。 ・健康や安全に留意して運動しようとしているか。	行動観察、記録会 授業参加の様子

4 評価の方法

体育の評価は「知識・技能」「思考・判断・表現」「主体的に取り組む態度」の3観点の内容もとに、各領域(種目)ごとに評価基準をつくり日頃の授業の中で上の表にまとめた方法で評価を行い、「成績」資料とします。

学期	月	領域・種目	時間	学習目標	学習内容	留意点	
1 学期	4	オリエンテーション	1	「体育」学習の意義や内容、評価の方法について理解する。	選択制授業の意義、学び方(課題解決学習)等について知る。	リーダーの指示に従い、互いに協力し安全に配慮する。 自己の体力やストレス解消の仕方について知る。	
		集団行動	1	行動様式を身につけ、約束やきまりを守り、機敏・的確に行動する。			
		体づくり運動	2	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てるようにする。	体ほぐし運動 リズム体操、ペアでストレッチなど。		
		体ほぐし運動 体力を高める運動	3	自分の体の状態を知り体をほぐしたり、体力を高める運動を行う。また、生活の中計画的に実践できるようにする。	体力を高める運動 持久走、柔軟運動、力強さを高める運動など。		
	5	陸上競技 長距離走・短距離走 砲丸投げ・走り幅跳び	3	自分の力に応じて運動の技能を高め、競技したり記録の向上をめざす。	・実態把握(それぞれの種目を測定する) ・走・跳・投の運動種目を、仲間と競争したり、自分の記録に挑戦している。	自分の選んだ種目の限界に挑戦する。合理的な練習を仲間とともに教え合い学習、協力学習を心がける。	
		水泳	ABCの コース制 選択	自分の目標に応じた泳ぎ方をマスターし、速く泳いだり、続けて長く泳いだりすることができるようにする。	・水泳の基礎・基本となる技能の習得をする。	安全な水泳学習と互いに教え合う学習をめざす。	
					・挑戦したい泳ぎを速く泳いだり、続けて長く泳げるようにする。 ・救急法や心肺蘇生法について知り実習を行う。		
	7	バレーボール	2 種目 選択 必修	各種目 15	チームの課題や自分の課題に応じて技能を高め、作戦を生かした攻め方守り	・互いのよさを生かしてチーム作りを行い、簡単なルールでゲームを行う。 ・仲間とともに練習を工夫しながらチームや個人の特徴を生かした作戦やルールの工夫を通して、対抗戦を行う。 ・チームや個人の高まった力を生かし相手チームに対する作戦を工夫しながらリーグ戦を行う。	ゲームを通してバレーボールの楽しさを深く味わう。
		ソフトボール			チームの課題や自分の課題に応じて技能を高め、作戦を生かした攻め方守り	・今できる投げ方や、捕り方、打ち方 ・各自、各チームの課題を解決するため練習方法を工夫しゲームに生かすことができる。 ・チームの特徴に応じた攻め方や守り方でゲームを行う。	自分にあつたポジションをみ審判法ができるようにする。
		バスケットボール			チームの課題や自分の課題に応じて技能を高め、作戦を生かした攻め方守り	・互いの特徴を生かしてチーム作りを行い、簡単なルールでゲームを行う。 ・仲間とともに練習を工夫しながらチームや個人の特徴を生かした作戦やルールの工夫を通して、対抗戦を行う。 ・チームや個人の高まった力を生かし相手チームに対する作戦を工夫しながらリーグ戦を行う。	ゲームを通してバスケットボールの楽しさを深く味わう。 * ルール変更に伴う、制限区域内の理解を深める。
		武道		自分の力に応じた運動の技能を高め、作戦を生かした攻め方守り	・基本動作の突き、蹴り、受けとその	伝統的な礼法について知る。	

2 学 期	9 5 1 2	ダンス	3 種 目 選 択 必 修	各 種 目	ダンスを通じて喜び、楽しさ、悲しみなどを表現することができるようにする。	・自分にあつた得意技を身につけて試合を行う。 ・自分にあつた得意技を使って対抗戦を楽しみ大会を企画・運営できるようにする。	安全面には最大の気配りをする。 得意技をみつける。
		サッカー			チームの課題や自分の課題に応じて技能を高め、作戦を生かした攻め方守り方の展開をしたゲームができるようになる。	・互いの特徴を生かしてチーム作りをし簡単なルールでゲームを行う。 ・仲間とともに練習を工夫しながら ・チームや個人の高まった力を生かし相手チームに対する作戦を工夫しながらリーグ戦を行う。	ゲームを通してサッカーの楽しさを深く味わう。
		卓球			各種サーブやフォアハンド、バックハンド	各種サーブ(ナックル、ドライブ、カッストローク練習(フォア、バックハンド)) シングルス、リーグ戦	台を移動させたり開閉すると隣の台や壁などの距離を十分にとり、プレースペースを確保する。
3 学 期	1 5 3	サッカー	1 種 目 選 択 必 修	各 種 目 15	チームの課題や自分の課題に応じて技能を高め、作戦を生かした攻め方守り方の展開をしたゲームができるようになる。	・互いの特徴を生かしてチーム作りをし簡単なルールでゲームを行う。 ・仲間とともに練習を工夫しながら ・チームや個人の特徴を生かした作戦やルールの工夫を通して、対抗戦を行う。 ・チームや個人の高まった力を生かし相手チームに対する作戦を工夫しながらリーグ戦を行う。	ゲームを通してサッカーの楽しさを深く味わう。
		バスケットボール			チームの課題や自分の課題に応じて技能を高め、作戦を生かした攻め方守り方の展開をしたゲームができるようになる。	・互いの特徴を生かしてチーム作りをし簡単なルールでゲームを行う。 ・仲間とともに練習を工夫しながら ・チームや個人の特徴を生かした作戦やルールの工夫を通して、対抗戦を行う。 ・チームや個人の高まった力を生かし相手チームに対する作戦を工夫しながらリーグ戦を行う。	ゲームを通してバスケットボールの楽しさを深く味わう。 *ルール変更に伴う、制限区域内の理解を深める。
		ソフトボール			チームの課題や自分の課題に応じて技能を高め、作戦を生かした攻め方守り方の展開をしたゲームができるようになる。	・今できる投げ方や、捕り方、打ち方 ・各自、各チームの課題を解決するため練習方法を工夫しゲームに生かすことができる。 ・チームの特徴に応じた攻め方や守り方でゲームを行う。	自分にあつたポジションをみ審判法ができるようにする。