

教科・科目	対象学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育・体育	1	3	なし	マイスポーツ(大修館)
科目の概要と目標	<ul style="list-style-type: none"> ・各種運動の総合的実践を通して、運動の楽しさや喜びを体験し、運動技能を高めながら安全に行う方法を知る。 ・運動の必要性を理解し、生涯を通して自己の能力に応じて継続的に運動ができる資質や能力を身につける。 			
単元	学習内容	到達度目標		
オリエンテーション	<ul style="list-style-type: none"> ・授業の方法、内容の説明、評価について 			
体育理論	<ul style="list-style-type: none"> ・社会の変化とスポーツ・運動技能の構造と運動の学び方・体ほぐしの意義と体力の高め方 	<ul style="list-style-type: none"> ・運動の特性、効果的な練習方法を知識として身につける。 		
体づくり運動	<ul style="list-style-type: none"> ・新体力テスト(握力、上体おこし、長座体前屈、反復横とび、持久走、シャトルラン、50m走、立ち幅跳び、ハン 	<ul style="list-style-type: none"> ・体力テストの実施により自分の体力について関心を持つことができる。 		
陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> ・持久走 	<ul style="list-style-type: none"> ・持久走の特性を理解し、走ることの楽しさを味わう。 ・能力に応じて目標を設定し、努力する態度を身につける。 		
球技	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトボール 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技術(打つ、捕る、投げる、走る)を身につける。 ・安全で楽しくゲームを行うことができる。 		
	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボール 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技術(パス、ドリブル、シュート)を身につける。 ・バスケットボールの特性と戦術を理解し、ゲームで攻防を楽しむ。 		
	<ul style="list-style-type: none"> ・バレーボール(ビーチボール) 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的なパスやレシーブ等で、ラリーや簡易ゲームを楽しむことができる。 ・サーブやレシーブの技術を高め、ゲームを行うことができる。 		
	<ul style="list-style-type: none"> ・サッカー 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技術(キック、ヘディング、ドリブル、ボールコントロール)を身につける。 ・サッカーの特性と戦術を理解し、ゲームで攻防を楽しむことができる。 		
	<ul style="list-style-type: none"> ・バドミントン 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技術(ラケットの握り方と操作、ドライブ、クリア、カット、サーブ、ヘアピン、スマッシュ)を身につける。 ・簡易ゲームでラリーを楽しめるようになる。 		

