

教科・科目	対象学年	単位数	教科書	使用教材
保健体育・体育	3	2	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(選択)	<ul style="list-style-type: none"> ・サッカー ・ソフトボール ・バスケットボール ・バレーボール ・バドミントン ・ビーチボール 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的な技術を習得し、楽しくゲームをすることができる。 ・審判方法等、ゲームの運営について知り、効率よくゲームができる。 ・チームで協力し、効果的な作戦を立てることができる。 		
