

様式 1

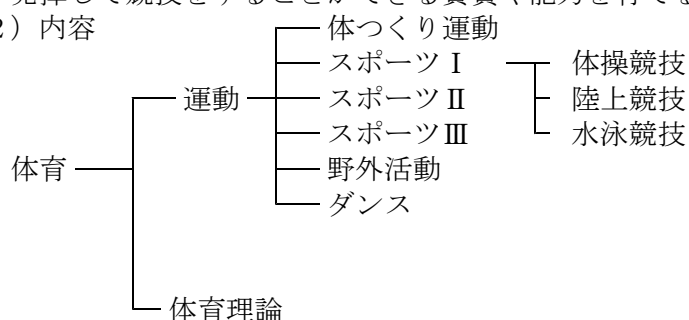
科目名	単位数	学年	必修・選択	対象学科
スポーツ I	1	1～3	必修	体育科

1. 科目概要および目標

(1) 目標

採点競技及び測定競技の特性についての理解と課題の解決を目指した効果的な運動の実践を通して、これらのスポーツの高度な技能と審判法を習得できるようにするとともに、技能を発揮して競技をすることができる資質や能力を育てる。

(2) 内容



2. 成績評価

評価については、以下の4観点から総合的に見ていく。

(1) 運動への関心・意欲・態度

- ・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう自ら積極的に運動しようとしているか。
- ・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

(2) 運動についての思考・判断

- ・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ、その課題解決を目指して活動の仕方を考え工夫しているか。

(3) 運動技能

- ・自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行い技能を高めているか。
- ・自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身につけているか

(4) 運動についての知識・理解

- ・社会や生活の変化とスポーツの重要性、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基礎的な事項を理解し知識を身につけているか。

3. 使用副読本・服装

(1) 副読本「カラーワイドスポーツ」

(2) 服装は、指定の体育着

4. 授業の展開と形態

(1) 1年生から3年生合併とする

(2) 男女共修とする

(3) 選択授業とする（1年生は水泳を必修選択とし、23年生は3種目から選択）。

5. 学習方法

グループ・一斉授業の方法をとる

6. 履修上の留意点

3年間を見通して種目を選択する。

体育 年間授業計画

	種目名	内 容	配時	マーク欄		
4月		(1) オリエンテーション 1) 採点競技・測定競技の特性 2) 施設利用の心得 マナー・安全管理・服装 3) 単元計画の理解…目標、内容、 時間計画、学習の進め方 4) 個人カードの活用方法… 自己診断、課題設定 5) チームノート利用方法…チーム 診断 ねらい設定 (2) 体操競技 1) 器械運動の特性の理解 2) 個技の練習 (技の数を増やす・ 質を高める) 3) 技の組合せ (組合せの原則) 4) 演技構成と連続の練習 5) 演技発表会・運営方法・ルール (3) 陸上競技 1) 走跳投の基本特性 2) 技能・記録の向上 (練習法) 3) 論理的な技術理解・完成度の高 い技能習得 4) 競技大会・運営方法・ルール (4) 水泳競技 1) 水泳の基本特性 (浮力・抵抗) 2) 技能・記録の向上 (練習法) 3) 論理的な技術理解・完成度の高 い技能習得 (スタート・ターン) 4) 競技大会・運営方法・ルール	70	/		
5月				体育 理 論 4	/	
6月				4	/	
7月					/	
9月				(1) 体操競技 ア) 床運動 イ) 鉄棒 ウ) 跳馬 (跳び箱)	体育 理 論 4	/
10月				(2) 陸上競技 ア) 短距離 イ) 長距離 ウ) 跳躍 エ) 投擲	4	/
11月				(3) 水泳競技 ア) 自由形 イ) 平泳ぎ ウ) 背泳ぎ エ) バタフライ オ) 個人メドレー		/
12月						/
1月					体育 理 論 2	/
2月						/
3月						/

／単元終了日時

授業を受けるに当たって守って欲しい事項等

- ①自己健康管理に注意し，怪我防止の対策を万全にする.
- ②指定の体育着，体育館シューズを着用すること.
- ③活動場所への移動は休み時間の内に完了すること.
- ④見学者は授業前に担当者に申し出て指示を受けること.
- ⑤貴重品の管理をしっかりと行うこと.

