

教科・科目		対象学年	単位数	教科書（発行者）	補助教材（発行者）
保健体育・体育		2年	2	現代高等保健体育改訂版（大修館）	なし
科目の概要と目標		心身の健全な育成を図り、運動に親しむ態度を育むとともに、ルールを遵守する姿勢や礼儀を学び、習得する。高校2年生としてふさわしい体力の維持・向上を図る。			
授業の進め方		自ら工夫して活動できるようにする。また、ゲーム・試合・記録会を通して、チーム及び各自の課題発見・解決に向けて練習方法を考え実践するように指導する。			
評価の観点と方法		授業や課題への取り組みを「思考・判断・表現」「知識・技能」「主体的に取り組む態度」の3観点から評価する。			
	学期	単元・学習項目		学習内容・到達度目標	
年内授業内容	1学期	【体づくり運動】 【選択体育1】 陸上競技（競走・跳躍・投擲） 上記種目より1つ選択する 【選択体育2】。 球技（サッカー、ソフトボール、バレーボール）より1つ選択する。 【体育理論】 1 スポーツの技術と戦術 2 技能の上達過程と練習		・各種の体ほぐし運動、体力を高める運動を行い、体力の向上を目指す。 ・持久走、走り幅跳び、ハンドボール投げ、短距離走から種目を選択し、各自の設定した目標の達成とともに、心肺機能を高め、体力向上を目指す。 ・球技では個人的技能や集団的スキルを高め、作戦や状況に応じた動きを理解し、仲間と連携した動きを高め積極的にゲームに参加する。 1 技術と技能の違いを理解し、興味のある球技について戦術を考えることを目指す。 2 技能上達の過程を理解し、各自で取り上げた種目の効果的な練習方法を考える。	
	2学期	【体づくり運動】 【選択体育3】 球技（サッカー、バレーボール、卓球） 上記より1種目選択 【体育理論】 3 効果的な動きのメカニズム 4 技能と体力		・各種の体ほぐし運動、体力を高める運動を行い、体力の向上を目指す。 ・球技では個人的技能や集団的スキルを高め、作戦や状況に応じた動きを理解し、仲間と連携した動きを高め積極的にゲームに参加する。 3 身体の動きと脳の関わりを考える。 4 トレーニングの原理・原則を理解する。	
	3学期	【体づくり運動】 【選択体育4】 球技（バスケットボール、バドミントン、卓球） 上記より1種目選択 【体育理論】 5 体力トレーニング 6 運動やスポーツでの安全の確保		・各種の体ほぐし運動、体力を高める運動を行い、体力の向上を目指す。 ・球技では個人的技能や集団的スキルを高め、作戦や状況に応じた動きを理解し、仲間と連携した動きを高め積極的にゲームに参加する。 5 体力トレーニングの理論や進め方を考える。 6 運動時のけがの実態を理解し、安全対策について考える。	