学校番号	３２３

令和３年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	＜体育＞ 陸上・ダンス フットサル	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	「現代高等保健体育　改訂版３０４」　（大修館書店）						
副教材等	「現代高等保健体育ノート　改訂版３０４」　（大修館書店）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。
・ダンスの授業を通して、リズムに合わせて身体を動かし表現する楽しさ、仲間と協力して作品を完成させる達成感を味わおう。

２　学習の到達目標

・心と体を一体として捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。
・生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を運動面だけでなく日常生活で生かせるよう、ライフステージと健康について知識や理解を深めるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り適切に判断する能力を養う。

３　学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:関心・意欲・態度	b:思考・判断	c:運動の技能	d:知識・理解
観点の趣旨	運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。 公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。	知識を活用し、技能向上につなげる。 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫できる。 運動を継続し、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。	記録や技能向上に挑戦する。 運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付ける。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	運動の技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法を理解している。 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。
評価方法	受講態度の観察	レポート	技能観察 技能テスト	レポート

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。
学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

４　学習の活動

学期	単元名	学習内容	主な評価の観点				単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
1学期	ダンス	リズムダンス	○	○	○	○	a:リズムにのって体を動かす楽しさや喜びを味わうことができるように互いの良さを認めあうこと、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、積極的に取り組もうとしている。 b:自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c:演技特有の技能やイメージを深めた表現が身につけている。 d:技術やダンスの名称、用語、表現の仕方などを理解している。	受講態度の観察 ダンス発表 レポート
	陸上	100m走	○	○	○	○	a:陸上の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、よい試技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 b:自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c:陸上競技の特性に応じた、効率的な走法を身につけている。 d:技術やの名称、用語、表現の仕方など、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 技能テスト

	サッカー	・オリエンテーション ・ドリブル ・パス ・シュート ・ディフェンス・パス、ドリブル、シュート ・ミニゲーム	○	○		○	a:主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする。健康・安全を確保し、体力・技能・運動能力の違いに配慮しようとする。 b:自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫するこができる。 d:それぞれの技術には、技能の向上につながる重要な動きのポイントがあること、それらを高めるための安全で合理的な練習の仕方があることを理解できる。	受講態度の観察 技能観察 技能テスト
	水泳	クロール ・25m測定 ・50m測定	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができる。水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、積極的に取り組もうとしている。 b:生涯にわたって水泳を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c:クロールの特性に応じた、効率的な泳法を身につけている。 d:泳法や、体力の高め方の方法を理解している。	受講態度の観察 技能テスト (25m測定) (50m測定)
2学期	ダンス	リズムダンス ・班活動による教えあい ・見て覚える共通の動きと創作部分の班創作	○	○	○	○	a:班員同士で互いに教えあい、作品の完成に向けて積極的に取り組むことができる。 b:自己の課題だけでなく、班としての課題や班員の課題を見つけ、その課題に応じて取り組むことができる。 c:基礎的な動きと群としての動きを習得し、組み合わせることができる。 d:群としての見せ方を理解している。	受講態度 ダンス発表 プリント (レポート)

	陸上	・槍投げ ・走り高跳び	○	○	○	○	a:陸上の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 b:自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c:陸上競技の特性に応じた、効率的な走法を身につけている。 d:技術やの名称、用語、表現の仕方など、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 技能テスト
	サッカー	・少人数グループでの攻防 ・リーグ戦	○	○	○	○	a: 主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする。健康・安全を確保し、体力・技能・運動能力の違いに配慮しようとする。与えられた役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。 b: 仲間と教え合うなどの活動の仕方、健康・安全の確保の仕方などを自己や仲間の課題に応じて新たな学習場面で適用したり、応用したりする。 c: 状況に応じたボール操作と、空間を埋めるなどなどの連携した動きによって、空間への侵入などから攻防を展開する。 d:ルールの理解、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解しチームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようにする。	出席状況 受講態度 試合結果

3学期	長距離走	距離走 ・1500m2回測定 ・2000m3回測定 ・3000m2回測定 長距離走大会 12分間走	○	○	○	○	a:持久走の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 b:生涯にわたって持久走を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c:持久走の特性に応じた、効率的な走法を身につけている。 d:技術やの名称、用語、表現の仕方など、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	

※　表中の観点について　a:関心・意欲・態度　　b:思考・判断
　　c:運動の技能　　d:知識・理解

※　原則として一つの単元（題材）で全ての観点について評価することとなるが、学習内容（小単元）の各項目において特に重点的に評価を行う観点（もしくは重み付けを行う観点）について○を付けている。