学校番号	３２０

令和３年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	現代高等保健体育　大修館書店						
副教材	現代高等保健体育ノート　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、自分のことより他者を優先する態度を学び、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・懐風館高校の生徒として、ルールを守り、社会に出たとき即戦力となるような、礼儀、態度言葉遣いを身に付けよう。

２　学習到達目標

・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の判断する能力を養う。
・好きなことだけでなく、苦手な種目であっても、克服することによって、やればできるという自信をつける。何事からも逃げ出さないで克服する能力を養う。

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	自ら進んで運動に取り組もうとする。 健康や安全を確保した学習に主体的に取り組もうとする。 結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。 質実剛健の精神を身に付ける。	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り組みを工夫できる。 運動を継続したり、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、実生活に行かせる。	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。

評価の方法	受講態度の観察 ノート レポート 等	ノート レポート 体育理論のテスト 等	技能観察 受講態度の観察 ノート 等	ノート レポート 体育理論のテスト 等
上に示す観点について、学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分・評価し、学年末に５段階の評定にまとめる。				

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）の評価基準	評価方法
			a	b	c	d		
1学期	集団行動　体つくりの運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 新体力テスト 体力を高める運動	○	○	○	○	a:体つくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとすること、自己責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 ｂ：ねらいに応じて健康の保持増進や調和の取れた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、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：各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現を身に付けている。 ｄ：運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。	受講態度の観察 ノート レポート 技術観察

	武道（男子）　ダンス（女子）	武道（柔道）	○	○	○	○	a:武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、伝統的な行動の仕方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・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 a:各種目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よさを認め合うこと、良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する。 b:生涯にわたって柔道や各種目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を工夫している。 c:武道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。 ｃ：各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現を身に付けている。 ｄ：伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 ｄ：技術やダンスの名称、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 ノート レポート 技能観察

	水泳	水泳 クロール	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、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ことなどや、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、自主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に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：水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 d：技術の名称や行い方、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 ノート レポート 技能観察
2学期	水泳	水泳 背泳	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、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ことなどや、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、自主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に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：水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 d：技術の名称や行い方、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 ノート レポート 技能観察

	集団行動	集団行動	○	○	○	○	a:体つくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとすること、自己責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 ｂ：ねらいに応じて健康の保持増進や調和の取れた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、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：各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現を身に付けている。 ｄ：運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察

	陸上競技	陸上競技 ハードル走 跳躍種目 体力を高める運動	○	○	○		ａ：各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、良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ことなど、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：生涯にわたって各種目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：各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。 ｄ:技術や技の名称や行い方、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 ノート レポート 技能観察

	武道（男子）　ダンス（女子）	武道（柔道） ダンス	○	○	○	○	a:武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、伝統的な行動の仕方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・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 a:各種目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よさを認め合うこと、良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する。 b:生涯にわたって柔道や各種目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を工夫している。 c:武道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。 ｃ：各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現を身に付けている。 ｄ：伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 ｄ：技術やダンスの名称、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 ノート レポート 技能観察

	体育理論	現代社会とスポーツ 競技スポーツの意義 スポーツの社会的役割 スポーツの始まりと変遷 スポーツと国際理解 ライフステージとスポーツ 文化としてのスポーツの関わり方 地域におけるスポーツライフ ライフスタイルとスポーツ	○	○		○	ａ：スポーツの歴史、文化的特性やスポーツの特徴について、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。 ｂ：スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 ｄ：スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、言ったり書き出したりしている。	受講態度の観察 ノート レポート
３学期	陸上競技	陸上競技 　長距離走	○	○	○		ａ：各種目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、良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：生涯にわたって各種目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。個々に応じた目標設定を克服している。 ｃ：各種目に応じた、各種目、演技特有の技術や表現を身につけている。 ｄ:技術や技の名称や行い方、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 ノート レポート 技能観察

	武道（男子）ダンス（女子）		○	○	○	○	a:武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、伝統的な行動の仕方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・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 a:各種目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よさを認め合うこと、良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する。 b:生涯にわたって柔道や各種目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を工夫している。 c:武道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。 ｃ：各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現を身に付けている。 ｄ：伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 ｄ：技術やダンスの名称、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 ノート レポート 技能観察

※　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

※　年間指導計画（例）作成上の留意点

・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）について〇を付けている。