

令和3年度 保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（男子）	単位数	3単位	年次	1年次
使用教科書	「現代保健体育」改訂版（大修館書店）						
副教材等	現代保健ノート（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。
- ・自他の運動を観察分析し、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。

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場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	自ら進んで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、合理的、計画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。	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。 運動を生涯にわたり継続し 、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。 高度な技能の習得を目指すために、運動を合理的に実践し、その中で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、文化的特性などの、 スポーツの振興発展に寄与するための理論や、スポーツとの関わり方について理解している。
評 価 法	受講態度の観察 ノート レポート 出席状況等	ノート レポート 体育理論のテスト等	技能観察 ノート 実技テスト等	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る。

学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価する。また新学習指導要領の試行策として「知識及び技能」「思考力、判断力」「学びに向かう力、人間性等」の区別での評価も視野に入れる。

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)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
1 学 期	陸上競技	基本的な動作 短距離走、ハードル走 ルールと審判法 測定の進め方 測定	○	○	○	○	a:陸上の楽しさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮して自己の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:運動の計画を立て、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方を工夫している。 c:各種目の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。 d:測定のルールなどを理解しているとともに、自他ともの安全にも配慮する知識も身につけている。	受講態度の 観察 技能観察 ノート レポート
	バスケットボール	基本的な動作 パス、ドリブル、シュート、対人プレー ルールや審判法 ゲームの進め方 ゲーム	○	○	○	○	a:バスケットボールの楽しさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮し、自己の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:運動の計画を立て、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方を工夫している。 c:ゴール型球技の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。 d:ゲームのルールなどを理解しているとともに、戦術面での知識も身につけている。	受講態度の 観察 技能観察 ノート レポート
	柔道	基本的礼儀作法 柔軟体操、補強運動 ブリッジによる首の補強、前転、後転運動 基本的な受け身 移動をとまなう受け身 固め技、立ち技 約束稽古 体重別による試合形式 試合、審判	○	○	○	○	a:柔道の技がより良くできる楽しさや喜びを味わうことができるよう、自己に適した技を高めて、自他ともの健康・安全を確保して自主的に取り組もうとしている。 b:運動の計画を立て、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している。 c:対人型種目の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。 d:約束、試合のルールなどを理解しているとともに、自他ともの安全を第一とし各技の知識も身につけている。	受講態度の 観察 技能観察 ノート レポート

2 学期	水泳	水泳 クロール クロールの基本動作 ストローク、キック、息継ぎ、コンビネーション、 スタート練習 泳法ルール 記録計測方法	○	○	○	○	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>c:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。</p> <p>d:技術の名称や行い方、体力の高め方、観察の方法を理解している。</p>	受講態度の 観察 ノート レポート 技能観察
	サッカー	基本的な動作 パス、ドリブル、トラップ、 シュート、対人プレー セットプレー ルールや審判法 ゲームの進め方 ゲーム	○	○	○	○	<p>a:サッカーの楽しさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮し、自己の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。</p> <p>b:運動の計画を立て、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方を工夫している。</p> <p>c:ゴール型球技の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。</p> <p>d:測定のルールなどを理解しているとともに、自他ともの安全にも配慮する知識も身につけている。</p>	受講態度の 観察 ノート レポート 技能観察
	ハンドボール	基本的な動作 パス、ドリブル ステップシュート ジャンプシュート 対人プレー ルールや審判法 ゲームの進め方 ゲーム	○	○	○	○	<p>a:ハンドボールの楽しさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮し、自己の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。</p> <p>b:運動の計画を立て、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方を工夫している。</p> <p>c:ゴール型球技の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。</p> <p>d:ゲームのルールなどを理解しているとともに、戦術面での知識も身につけている。</p>	受講態度の 観察 ノート レポート 技能観察

	柔道	基本的礼儀作法 柔軟体操、補強運動 ブリッジによる首の補強、 前転、後転運動 基本的な受け身 移動をとまなう受け身 固め技、立ち技 約束稽古 体重別による試合形式 試合、審判	○	○	○	○	<p>a:柔道の技がより良くできる楽しさや喜びを味わうことができるよう、自己に適した技を高めて、自他ともの健康・安全を確保して自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b:運動の計画を立て、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している。</p> <p>c:対人型種目の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。</p> <p>d:約束、試合のルールなどを理解しているとともに、自他ともの安全を第一とし各技の知識も身につけている。</p>	受講態度の 観察 技能観察 ノート レポート
--	----	--	---	---	---	---	---	------------------------------------

以下 3 学期

	持久走	陸上競技 長距離走	○	○	○	○	<p>a:自己克服型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、マナーやルールを大切にしようとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b:生涯にわたって基礎体力づくりの運動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。</p> <p>c:種目の特性に応じた技能が身につけている。</p> <p>d:体力の高め方、運動観察の方法を理解している</p>	受講態度の 観察 ノート レポート 技能観察
	体育理論	人間にとって動くとは何か スポーツの始まりと変遷 スポーツの文化の楽しみ方 オリンピックと国際理解 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ理論*	○	○		○	<p>a:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特長について、オリンピックやドーピングについて、学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b:スポーツの歴史、文化的特性や現代スポーツの特長について、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、スポーツ倫理について正しく判断できる。</p> <p>d:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特長について、理解している。</p>	受講態度の 観察 ノート レポート 体育理論の テスト

※ 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。

