学校番号	3016

令和３年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（女子）	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	「高等学校　改訂版　保健体育」（第一学習社）						
副教材等	「アクティブスポーツ」　（大修館書店）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

自己の能力に応じて体力の向上を図り、その過程において体験する運動の楽しさを学ぶこと。
また、チームスポーツを通じて協力、責任、リーダーシップ、対戦相手への敬意といった集団行動の資質を磨くこと。

２　学習の到達目標

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培う。

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	・自己の体力、技能を向上させる積極的な姿勢を身につける ・円滑な集団での運動実施のために必要となる協力的態度を身につける	・個々に応じた体力や技能を高めるためのトレーニングや練習を選択する力を身につける ・ゲーム場面での適切なプレーの選択、自己の役割を判断する ・集団の中での発言、リーダーシップ	・各運動技能を身につける ・身につけた運動を速く、正確に、力強く発揮する ・ゲームの場面において身につけた運動を発揮する	・スポーツのルールや、運動を安全に実施する方法を理解する ・自己の体力や技能を高める方法を理解する
評価方法	・出席の記録 ・積極的姿勢を記録 ・協力的姿勢を記録	・技能や記録を伸ばすための工夫を記録 ・練習方法の観察及び記録 ・ゲームパフォーマンス（プレーの選択、周囲への声かけ、作戦など）の記録	・スキルテストやタイム計測などの記録 ・ゲームパフォーマンス（得点など）の記録	・各種目での準備や片付けを観察及び記録 ・ゲームや記録測定を観察及び記録 ・準備運動、整理運動、補強運動の観察及び記録
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

月	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		
4 5 6	ラジオ体操	ラジオ体操第 2	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:ラジオ体操１つ１つの動きの目的を考え、その目的に合った動きを選択して行う c:体操を正確に実施する d:体操の目的を理解	出席等記録 体操テスト
	陸上競技 (短距離)	ランニングフォーム アジリティ スタート技術 タイム測定 リレー	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:リレーでのリードするタイミングの判断 c:タイム計測 d:ランニングフォームの理解	出席等記録 タイム計測
	バレーボール	基本技術 レシーブ・トス スパイク・サーブ ルールの理解 ゲーム	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:プレーの選択 周囲への声かけ c:スキルテスト d:ゲームルール理解 ポジションの理解	出席等記録 スキルテスト
	体つくり運動	縄跳び (前後 2 重跳び)	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:独自の工夫 c:回数記録 d:仕組みの理解	出席等記録 回数記録
7 9	水泳	クロール 平泳ぎ	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:自己の体力と各泳法の技能を考えた工夫 c:タイム計測 d:競泳ルールと泳ぎの理解	出席等記録 タイム計測
10	体育大会練習	体育大会準備 開会式、閉会式の練習、出場種目練習	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:隊形変更等、クラス行進 c:ラジオ体操第 2、クラス行進 d:種目練習	出席等記録
11 12	バスケットボール	基本技術 パス・ピボット ドリブル・シュート 簡易ゲーム ゲーム	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:プレー選択、チーム協力 c:スキルテスト d:ゲームルール理解	出席等記録 スキルテスト
	ダンス	基本技術 アイソレーション 課題ダンス	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:リズムに合った動きの選択 リーダーシップ c:ダンス発表 d:技能の高め方の理解	出席等記録 ダンス発表

1 2	持久走	30 分間走 ファルトレク走 タイム計測	○	○	○	○	a:参加意欲、取り組み態度 b:走行時間、距離に見合ったペース・走り方の選択 c:タイム計測 d:長距離走の走り方の理解 長距離走の目的の理解	出席等記録 タイム計測

※　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。