学校番号	２１５

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	最新高等保健体育　（大修館書店））						
副教材等	なし						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団種目では、特性を生かし、集団で協力し合う意識を常にもたせる。
・水泳は安全にプールに入らせるために準備運動をしっかりと行わせ、自分たちで工夫して泳げるよう説明を段階的かつ簡潔に行う。
・持久走は体調を自己管理させたうえで、自分にあったペースを見つけ、目標タイムを達成できるように自らの記録向上に努めさせる。

２　学習の到達目標

・心と体を一体として捉え、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、生涯にわたって計画的に運動に楽しむ資質や能力を育てる。
・健康増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を育てる。

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。 活動場所の安全を確かめ、健康・安全に留意しようとする。	知識を活用し、技能向上につなげる。 ルールを理解し、勝敗を意識してゲームに臨んでいる。	記録や技能向上に挑戦する。 勝敗を競ったり、攻防を展開したりするため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･協力して競技を楽しむ。	運動の技術の名称や行い方を理解している。 記録や技能を向上させるポイントを理解している。
評価方法	行動の観察	行動の観察 試合の行動の観察 ICTによる映像の活用	実技テスト 試合の行動の観察 記録の結果分析	行動の観察 実技テスト 質問紙による確認

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。
学習の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				評価のポイント	評価方法
			a	b	c	d		
1学期	野崎体操 陸上（男女） 柔道 バスケ（男子） ダンス（女子）	野崎体操 ・テスト 集団行動 ・テスト 陸上 ・短距離走 ・跳躍 柔道 ・基本動作 ・受身 ・固め技 バスケットボール ・基本技術 ・試合 ダンス ・基本ステップ バレーボール ・基本技術 ・試合	○	◎	◎	○	a.自ら積極的に授業に参加している b.動きの基本を身につけ今後の技能の発展や活動にいかす c.記録や技能の向上を目指している d.各種目の特性を理解し発展的可能性を理解している	行動の観察 実技テスト
	水泳（女子）	水慣れ クロール コンビネーション・息継ぎ練習 フォーム・タイムテスト	○	○	◎	○	a.準備運動や入水準備の重要性を理解している b.キック・プル・呼吸のタイミングをあわせるために工夫している c.体を水面に対して平行にし、力みなく泳ぐ d.キック・プルのタイミングを合わせることが記録の向上につながることを理解している	行動の観察 実技テスト タイム計測

2学期	陸上（男女） 柔道バレー（男子） バスケ（男女） ダンス ソフトバレー（女子）	陸上 ・跳躍 ・投てき 柔道 ・固め技 ・手技 ・足技 ・腰技 バレーボール ・基本技術 ・試合 ダンス ・ステップテスト ・グループテスト バスケットボール ・基本技術 ・試合 ソフトバレーボール ・基本技術 ・試合	○	◎	◎	○	a.自ら積極的に授業に参加している b.多様な場面で自身の能力が発揮できるように考える c.技能の向上および安全の確保につとめている d.自身だけでなく全体を見渡し、教え合いながら技能の向上をめざしている	行動の観察 実技テスト 記録計測
	水泳（男子）	水慣れ クロール コンビネーション・息継ぎ練習 フォーム・タイムテスト	○	○	◎	○	a.準備運動や入水準備の重要性を理解している b.キック・プル・呼吸のタイミングをあわせるために工夫している c.体を水面に対して平行にし、力みなく泳ぐ d.キック・プルのタイミングを合わせることが記録の向上につながることを理解している	行動の観察 実技テスト タイム計測
3学期	持久走（男女） 柔道（男子） ダンス（女子）	ペース走 ３０００mタイム計測（男子） ２４００mタイム計測（女子） 時間走 １２分間走(男子・女子) 柔道 ・試合 ダンス ・創作ダンスグループ発表	○	○	◎	○	a.自分の技能に応じた課題を持とうとする。 b.一定のペースで走りきることができるようにラップタイムに工夫が見られる c.8回のタイム計測の中で、記録を向上させている d.一定のペースを保つことが身体の負担が軽い走りだということに気づいている	行動の観察 実技テスト 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・表現
　　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りすべてに〇をつけているが、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）については◎を付けている。