

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 | 2 | 年次 | 2 |
|----|------|----|--------|-----|---|----|---|

1 担当者からのメッセージ(学習方法等)

自己の能力に応じた「体力・技術」の向上に関心を持ち、安全面に留意しながら、積極的に運動に参加する姿勢を身につける。

各種目の特性・自己の身体特性を理解し、自他の動きを分析することで、「体力・技術」の上達段階に応じた効率的な運動に対するアプローチ手法を工夫する力を身につける。

2 学習の到達目標

心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動について理解を深め、その実践を通して、体力の向上に努めるとともに、運動を合理的、計画的に実践する資質を育む。また、仲間との協同を通し、自己を大切にする態度や他者を尊重する精神を養うように努める。

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 | 仲間と積極的にコミュニケーションを図りながら、運動に参加し、楽しさや喜びを味わおうとする。 仲間と協同するとともに、安全を確保し、自他の健康に留意しながら、学習に主体的に取り組もうとする。 | 自他の動きを分析し、個々の状況・課題に応じた「体力・技術」の向上につなげるよう工夫できる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、自己に適した運動機会をもつなど、生涯に渡り、スポーツに親しめるよう計画できる。 | 種目特性に応じた、記録や「体力・技術」の向上をめざす。 運動の合理的な実践のために、段階的に技能を身に付ける。 仲間と協同しながら、運動を楽しむ。 | 運動のルールや種目特性、技術の名称とその手法、体力の高め方について、具体的に理解している。 スポーツを安全に行う方法や環境整備、体調の整え方について具体的に理解している。 |
| 評 価 方 法 | 受講態度の観察 レポート 等 | レポート 振り返りシート 等 | 技能観察 技能テスト ゲーム 等 | レポート 質疑応答 等 |
| 上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにあわせて評価し、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。 | | | | |

(補足)

技術や記録だけでなく、出席状況や授業参加態度、意欲等も重視する。

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 | 球技(ゴール型) | バスケットボール ・ハンドリング(技能テスト) ・個人技能の習得 (パス、キャッチ、シュート) ・攻防練習(2on1,3on2) ・ゲーム(3on3,5on5) | ○ | ○ | ○ | | a:球技の楽しさを感じ取れるよう、個々の技能向上に積極的に努めるとともに、仲間との協力を意識した行動をとる。 b:個々の状況・課題に応じた取組みについて、相互にアドバイスをしている。 c:個人技能を段階的に習得している。 | 受講態度の観察 技能観察 技能テスト |
| 1学期 | 陸上競技 | ハードル走 ・50m ハードル(記録計測) ハードル高 84cm×5台 インターバル 7.5m 8.0m 8.5m | ○ | ○ | ○ | ○ | a:用具準備・片付けを積極的に行う。 b: 個々の状況・課題に応じた取組みについて、相互にアドバイスをしている。 c: 個人技能を段階的に習得している。 d:安全に行う方法や環境整備の仕方について理解している。 | 受講態度の観察 技能観察 技能テスト レポート |
| 1・2学期 | 水泳 | 背泳 ・背浮きパタ足 ・ハイエルボーでのプル動作 バタフライ ・ドルフィンキック ・ストロークの調和 (プル・キック・呼吸の連動) | ○ | ○ | | ○ | a:ルールやマナーを大切に、健康に留意しながら安全の確保に努めている。 b:自己の改善すべきポイントを見つけている。 d:技術の名称とその手法、水難事故の危険性を理解している。 | 受講態度の観察 技能観察 レポート |
| 2学期 | 球技(ゴール型) | サッカー ・インサイドキック (パス・シュート) ・ドリブル&シュート (技能テスト) ・ゲーム | ○ | ○ | ○ | | a:球技の楽しさを感じ取れるよう、個々の技能向上に積極的に努めるとともに、仲間との協力を意識した行動をとる。 b:個々の状況・課題に応じた取組みについて、相互にアドバイスをしている。 c:個人技能を段階的に習得している。 | 受講態度の観察 技能観察 技能テスト |

| | | | | | | | | |
|-----|------|---|---|---|---|---|--|--|
| 3学期 | 体育理論 | 運動・スポーツの学び方 | | ○ | | ○ | <p>b: 運動やスポーツのメカニズムについて要点を押さえた発表ができる。</p> <p>d: 運動やスポーツの実施に関して、「技術の種類に応じた学習法」、「技能の上達に応じた効果的な学習手法」、「技能と体力の相関」、「安全を確保した上での実施」について理解している。</p> | <p>受講態度の観察</p> <p>レポート</p> <p>質疑応答</p> |
| 3学期 | 陸上競技 | <p>陸上競技</p> <p>長距離走</p> <p>・距離（時間）を設定し、記録を測定する。</p> | ○ | ○ | ○ | | <p>a: 短縮マラソンに向けて、自主的な体力向上に努めている。</p> <p>b: 自己の課題に応じて適切な練習法を選んでいる。</p> <p>c: 自己に適したペースを維持して走ることができる。</p> | <p>受講態度の観察</p> <p>レポート</p> <p>技能観察</p> |

※ 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

(補足)

体力向上のため、年間を通して、サーキットトレーニングやランニングを取り入れる。

※ 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○を付けている。