※令和４年度以降入学生用

学校番号	1009

令和５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　改訂版　（大修館書店）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　改訂版　（大修館書店）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能や体力・筋力を高めよう。
自他の運動を観察し、分析することで興味・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み、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　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身につけている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身につけている。	自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決策を発見し、解決をめざして総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的・計画的な実践に主体的に取組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習に主体的に取組もうとしている。

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。

※令和４年度以降入学生用

４　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
１学期	体つくり運動	体ほぐし運動 トレーニング	a:体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上をめざし、目的に適した運動の計画を立て取組むことができている。 b:自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができている。 c:体つくり運動に自主的に取組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、話合いに貢献しようとすることなどや、健康・安全を確保することができている。	観察 実技テスト ワークシート	観察 実技テスト ワークシート	観察 ワークシート
	陸上	・短距離走 ・リレー ・走り幅跳び ・砲丸投げ	a:短距離走やリレーでは、中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることやバトンの受渡しで次走者のスピードを十分高めることができている。 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶことができている。 砲丸投げでは、立ち投げなどから砲丸を突き出して投げることができている。 b:動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができている。 c:陸上競技に自主的に取組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、健康・安全を確保することができている。	観察 記録 ワークシート	観察 ワークシート ICT	観察 ワークシート 振り返りシート
	体育理論	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	a:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解することができている。 b:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができている。 c:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取組むことができている。	ワークシート 小テスト	ワークシート 小テスト	ワークシート 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

２学期	マット運動	マット運動	a:回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができている。 b:生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができている。 c:器械運動に主体的に取組むとともに、よい演技を讃えようとすること、互いに助け合い高め合おうとすること、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、健康・安全を確保することができている。	観察 演技 ワークシート	観察 演技 ワークシート ICT	観察 ワークシート 振り返りシート
	水泳	・クロール ・平泳ぎ	a:クロールでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができている。 平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができている。 b:泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができている。 c:水泳に自主的に取組むとともに、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができている。	観察 記録 ワークシート	観察 ICT ワークシート	観察 ワークシート 振り返りシート
	球技	(ゴール型) ・サッカー ・ハンドボール	a:安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができている。 b:攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができている。 c:球技に自主的に取組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、一人ひとりの違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができている。	観察 ゲームスコア スキルテスト ワークシート	観察 ゲームスコア スキルテスト ワークシート	観察 ワークシート 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

	体育理論	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	a:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解することができている。 b:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができている。 c:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取組むことができている。	ワークシート 小テスト	ワークシート 小テスト	ワークシート 振り返りシート
3学期	球技	（ネット型） ・ソフトバレー	a:役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができている。 b:攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができている。 c:球技に自主的に取組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、一人ひとりの違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができている。	観察 ゲームスコア スキルテスト ワークシート	観察 ゲームスコア スキルテスト ワークシート	観察 ワークシート 振り返りシート
	持久走	持久走	a:長距離走では、自己に適したペースを維持して走ることができる。 b:動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができている。 c:陸上競技に自主的に取組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、健康・安全を確保することができている。	観察 記録 ワークシート	観察 ワークシート ICT	観察 ワークシート 振り返りシート
	体育理論	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	a:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解することができている。 b:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができている。 c:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取組むことができている。	ワークシート 小テスト	ワークシート 小テスト	ワークシート 振り返りシート

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度