※令和４年度以降入学生用

学校番号	406

令和５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	現代高等保健体育（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

・集団行動や各種目を通じて、運動の技能の名称やゲームの行い方、体力の高め方や健康・安全の確保の仕方について理解し、各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付けるようにする。
・自分や他の人の運動の様子を観察、分析し、運動技能、体力、筋力を高めるためにどうすればよいかを考え、判断できるようになる。
・運動の楽しさや喜びを味わうために、自ら進んで運動に取り組むことができる。

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	運動の技術の名称やゲーム・テストの行い方、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。記録や技能向上に挑戦する。運動の合理的な実践を通して、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。	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。 体力や技能向上をするための計画を考えたり、互いに学んだことを教え合ったりすることができる。	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。

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	集団行動　体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 福泉体操 体ほぐしの運動 体力を高める運動 新体力テスト	a: 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。 b ねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c 運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、ルールやマナーを守る、積極的に参加するなど、学習に自主的に取り組もうとしている。	実技テスト ルールテスト	ワークシート グループノート	授業中の様子 アンケート 感想プリント
	水泳	水泳 クロール	a: 水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。技術の名称や行い方、事故防止の観点、運動観察の方法を理解している。 b 自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: 水泳の楽しさや喜びを味わうことができる。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、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。			

※令和４年度以降入学生用

２学期	器械運動	器械運動 （マット運動） 接転技 ほん転技 発展技 演技構成	a: 種目の特性に応じた、演技特有の技能やイメージを深めた表現が身につけている。技術や各種目の名称、用語、表現の仕方などを理解している。 b 自己の能力に応じた技能の習得に向けて工夫して練習に取り組む。互いの良さを認め合い、教え合いながら技の習得をしようとしている。 c: 種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう自己の課題を把握し、ケガの予防に努めるなど、健康・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	実技テスト ルールテスト	ワークシート グループノート	授業中の様子 アンケート 感想プリント
	球技　ネット型	ネット型 テニス	a: 各球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。技術や技の名称や行い方、ゲームを実施するためのルールや審判の方法などを理解している。 b 自己の課題に応じた運動の取り組み方について考え、工夫して練習している。 c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、ルールやマナーを守り、健康・安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。			

※令和４年度以降入学生用

３学期	陸上競技	陸上競技 長距離走	a: 自分の記録を伸ばすために積極的に参加している。単元の終わりにかけて記録が向上している。体力の高め方や運動の行い方、事故防止の観点、運動観察の方法を理解している。 b 自己の能力に応じ、タイム向上に向けて工夫して練習に取り組む。互いの良さを認め合い、タイムを伸ばそうとしている。 c: 種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう自分の能力について適切に把握する。ケガの予防に努め、健康・安全を確保し、積極的に取り組もうとしている。	実技テスト ルールテスト	ワークシート グループノート	授業中の様子 アンケート 感想プリント
通年	ダンス	ダンス リズム運動 エアロビクス 現代的なダンス	a: 各ダンスの特性に応じた技能やイメージを深めた表現を身につけている。技術やダンスの名称、用語、表現の仕方など、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b 自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: ダンスの楽しさや喜びを味わうことができるように、マナーやルールを大切にしようとする、互いの良さを認めあい、自主的に取り組もうとしている。			
通年	体育理論	スポーツの発祥と発展 スポーツの始まりと変遷 文化としてのスポーツ オリンピックとパラリンピックの意義 スポーツが経済に及ぼす効果 スポーツの高潔さとドーピング スポーツと環境	a:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴などについて理解している。 b スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴などについて、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る。 c:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴などについて、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。	小テスト	ワークシート 発表	授業中の様子 アンケート 感想プリント

※　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