※令和４年度以降入学生用

学校番号	３０１３

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

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

規律を重んじ、メリハリのある授業をすることが目標。その中で
①基礎体力や身体を作ること、柔軟性を高めること。
②水泳や持久層など敬遠したがる課題に対し逃げずに取り組むこと。
③チームプレイを通して、協調性やコミュニケーション能力を高めること。
の３点を中心に１年間通して身につけるようにする。

２　学習の到達目標

知識・技能に関して
基礎体力や身体を作る、柔軟性を高めること
⇒　ラジオ体操第二を覚えること、補強運動各種２０回以上連続でできること。
思考・判断・表現に関して
チームプレイを通して、協調性やコミュニケーション能力を高めること
⇒　授業内での仲間への言葉かけの回数、質を高めること。その場の雰囲気を作ること。
学びに向かう力・人間性等に関して
水泳や持久走など敬遠したがる課題に対し逃げずに取り組むこと
⇒　決められた回数、量をクリアすること。

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	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた基本的な技能を身につけている。運動の合理的な実践に関する具体的な事項及び生涯にわたって運動に親しむための理論について理解している。また、個人生活における健康・安全について課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。	生涯にわたって運動に親しむことをめざして、学習課題に応じた運動の取組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の組み合わせ方を工夫している。	運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、運動の合理的な実践に積極的に取り組もうとする。また、個人生活における健康・安全について関心を持ち、意欲的に取り組もうとする。
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	身体つくり運動	①集合・整列 ②体つくり運動 ③ラジオ体操第2	a: 運動の合理性、速さ、大きさなど適切に行うことができる。ラジオ体操第二を覚える。運動を継続する意義、原則、体の構造などを理解している。 b:ねらいに応じて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:自他の体力を理解し、体つくり運動の楽しさや心地よさを味わう、集団の中での自己の責任を果たすなど、自主的な行動が見られる。	技能 テスト 実践 テスト 観察	観察 レポート	観察 グループ ワーク 自己評価
1～3	柔道	①受け身 ②固め技 ③簡単な投げ技	a: 技を高め、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、相手の動きに応じた基本作ができる。伝統的な考え方、体力の高め方、課題解決の方法を理解している。 b: 自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できる。 c: 武道に主体的に取り組み、相手を尊重し、礼法などを大切にしようとする。	技能 テスト 実践 テスト 観察	観察 レポート	観察 グループ ワーク 自己評価
1～2	水泳	①クロール ②背泳ぎ	a: 特性に応じた効率的な泳法を身につけている。技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できる。 c: 水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、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。	技能 テスト 実践 テスト 観察	観察 レポート	観察 グループ ワーク 自己評価
1～3	体育理論	運動やスポーツに関する知識を深め、普段の運動生活に実践できるようにする、	a:運動やスポーツが多様であることについて理解する。 b: 運動やスポーツが多様であることについて、自己の課題を発見する c:運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方についての学習に積極的に取り組むこと。	技能 テスト 実践 テスト 観察	観察 レポート	観察 グループ ワーク 自己評価

※令和４年度以降入学生用

2	バスケットボール	○学習のねらいや内容を理解し、学習の見通しをもつ。 ・学習の進め方や約束事項を確認する。 ・健康・安全に気を配る意義について学習する。 ○ボールキープの動きをゲームで活用する。 ・ドリブルや受けやすいパス等のボールキープを行う。 ・学習成果を高めるための技術や名称や運動のおこない方を言える。 ○空間へ走りこんだり、作りだしたりする動きを行う。 ・パス後にパスを受けようとする動きをしたり、ボール保持者やゴールから離れたりする。 ・自分たちに適した練習を選ぶ。 ○安定したシュートやボールを持たない人への守備を行う。 ・シュートタイミングやボールの動きを確認する。 ・分担した役割を果たす意義を理解する。 ・ゴール前の空間のカバーの仕方などを確認する。	a: 試合の行い方について、学習した全ての具体例を挙げている。安全に留意し、ルールを活かして技能を発揮する。守備者とゴール方向への意識をもちながら安定してボールキープができる。ボールの位置や空間の状態を正確に判断し、状況に合った動きで空間を作ることができる b:常に健康・安全を確保して活動しようとしている。試合の行い方について、学習した全ての具体例を挙げている。味方が操作しやすいパスを正確に使い分けることができる。パスを出した後に次のパスを受ける動きが連続してスムーズにできる。 c:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすることなど、自主的に取り組もうとしている。	技能 テスト 実践 テスト 観察	観察 レポート	観察 グループ ワーク 自己評価
3	持久走	①ペース走 ②インターバル走 ③15～30分間走	a: 自主的に取り組み、勝敗を冷静に受け止め、ルールやマナーを守り、健康・安全を確保しようとしている。 b: 自己の課題に応じたペースを継続するための取り組み方を工夫できる。 c:記録の向上、ペースの変化に対応する技能を高めることができる。 技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法を理解している。	実践 テスト 観察	観察 レポート	観察 グループ ワーク 自己評価

※　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