※令和３年度以前入学生用

学校番号	1016

令和５年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	最新高等保健体育　（大修館書籍）						
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

・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て、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　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。 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。	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。 運動を継続したり、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。	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。	運動の技術の名称や行い方、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。 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。
評価方法	受講態度の観察 レポート など	レポート 体育理論のテスト など	技能観察 など	レポート 体育理論のテスト など

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３年度以前入学生用

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	集団行動 体つくり運動	● オリエンテーション ● 集団行動 ● ラジオ体操 ● 体ほぐしの運動 ● 新体力テスト ● 体力を高める運動	○	○		○	a:体つくり運動の楽しさ・心地よさを味わうことができるよう体力の違いに配慮し、自己の責任を果たそうとするなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとする。 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。 d: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。	受講態度の観察 レポート
	球技 ネット型	● テニス ● 卓球	○	○	○	○	a:各種目の楽しさ・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、マナーやルールを大切にし、自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとする。 b:生涯にわたり球技を豊かに実践するための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:状況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間を作りだすなどの攻防を展開し、その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。 d:技術の名称や方法、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
	球技 ベースボール型	● ソフトボール	○	○	○	○	a:各種目の楽しさ・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、マナーやルールを大切にし、自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとする。 b:生涯にわたり球技を豊かに実践するための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:状況に応じたバット操作と走塁での攻撃，安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開し、その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。 d:技術の名称や方法、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	

※令和３年度以前入学生用

2学期	水泳	● 四泳法 クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ ● 水球	○	○	○	○	a:水泳の楽しさ・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、マナーやルールを大切にし、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する。 b:生涯にわたり水泳を豊かに実践するための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:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 d:技術の名称や方法、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
	武道	● 柔道 受け身 寝技 投げ技	○	○	○	○	a:武道の楽しさ・喜びを味わうことができるよう相手や伝統的な行動の仕方を尊重し、自己責任を果たそうとするなど、健康・安全を確保して自主的に取り組もうとする。 b:生涯にわたり柔道を豊かに実践するための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:武道の特性に応じた、攻防展開の得意技を身に付けている。 d:伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
	ダンス	● 創作ダンス ● リズムダンス	○	○	○	○	a:ダンスの楽しさ・喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認め、よい演技を讃えようとするとともに、健康や安全を確保して自主的に取り組もうとする。 b:生涯にわたりダンスを豊かに実践するための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:ダンス特有の技能やイメージを深めた表現を身に付けている。 d:ダンスの技術の名称、、表現の仕方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
	陸上競技	● 短距離走 ハードル ● 跳躍種目 走り幅跳び 三段跳び 走り高跳び ● 投てき種目 ターボジャブ	○	○	○	○	a:各種目の楽しさ・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、マナーやルールを守ることなど、健康や安全を確保して自主的に取り組もうとする。 b:生涯にわたり各種目を豊かに実践するための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:各種目の特性に応じた、種目特有の技能を身につけている。 d:技術の名称や方法、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察

※令和３年度以前入学生用

３学期	器械体操	● 接転技 ● ほん転技 ● 発展技 ● 演技構成	○	○	○	○	a:各種目の楽しさ・喜びを味わうことができるようによい演技を讃え、マナーやルールを大切にしようとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとする。 b:生涯にわたり器械体操を豊かに実践するための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:各種目の特性に応じた、種目特有の技能を身につける。 d:技術の名称や方法、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
	球技ゴール型	● サッカー ● ハンドボール ● バスケットボール	○	○	○	○	a:各種目の楽しさ・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、マナーやルールを大切にし、自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとする。 b:生涯にわたり球技を豊かに実践するための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:状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開し、その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。 d:技術の名称や方法、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
	体育理論	● 現代社会とスポーツ ● 競技スポーツの意義 ● スポーツの社会的役割 ● スポーツの始まりと変遷 ● スポーツと国際理解 ● ライフステージとスポーツ ● 文化としてのスポーツの関わり方 ● 地域におけるスポーツライフ ● ライフスタイルとスポーツ	○	○		○	a:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、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する。 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。 d:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、言ったり書きだしたりしている。	受講態度の観察 レポート 体育理論のテスト

※　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

※　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）について〇を付けている。