※令和４年度以降入学生用

学校番号	３２６

令和５年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	スポーツ概論	単位数	２単位	年次	２年次
使用教科書	「現代高等保健体育」　（大修館書店）						
副教材等	基礎から学ぶスポーツ概論（大修館書店）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・身体の構造を理解し、その知識を運動に生かせるようにする。
・運動原理や運動生理、栄養学など人体の運動に関する基礎的な知識を獲得しよう
・救急処置や、スポーツ外傷処置、テーピング法など実践的に役立つ知識や技能を習得しよう。
・スポーツの指導法と安全についての知識を獲得しよう。
・スポーツの歴史･文化的特性と現代的な特徴を知る。

２　学習の到達目標

・身体の構造を理解し、その知識を運動に生かせるようにする。
・運動原理や運動生理、栄養学など人体の運動に関する基礎的な知識を獲得し、また、救急処置や、スポーツ外傷処置、テーピング法など実践的に役立つ知識や技能を習得する。
・健康や安全に対する社会的な取組みを知り、個人的な対応と関連づけて実践できるようになる。
・心と体を一体としてとらえ、健康・安全について総合的に理解する。

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	健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康・安全課題の解決に役立ち、自らの健康を適切に管理するための基礎的な事項を理解している。	健康を保持増進するための課題や個人生活及び社会生活における健康･安全課題についての解決をめざして、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを表している。	健康を保持増進するためには、自らの健康を適切に管理することが重要であることに関心を持ち、個人生活及び社会生活における健康･安全課題について、意欲的に学習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学期	自分の体を知ろう	体のつくりと働き ・身体の構成 ・筋肉と骨格 運動の効果 ・筋力トレーニング	a:身体の構成や筋力ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞの正しい方法を身につけ、記述することが出来る。 b:実際のスポーツ活動時に活用させる筋力ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞを行う能力を身につけさせる。 c:自分の体のつくりを知り、スポーツ活動時の運動の効果を上げようとする意欲を育てる。	・小テスト ・授業プリント	・小テスト ・グループワーク ・パフォーマンス課題	・ワークシート ・学習課題の成果物 ・発言の積極性
	水分補給について	熱中症の予防 ・水分補給の重要性 ・熱中症の分類 ・熱中症の応急手当	a:運動中の水分補給や熱中症の応急手当の手順や方法を理解し、記述することができる。 b:熱中症の危険性を理解させるとともに、対処の方法を身につけさせ、実際のスポーツ活動時に活用させる能力を身につけさせる。 c:スポーツ活動時の水分摂取不足が招く恐れがある症状について知る。	・小テスト ・授業プリント	・小テスト ・グループワーク ・パフォーマンス課題	・ワークシート ・学習課題の成果物 ・発言の積極性
2学期	運動心理	運動と心理 ・ﾒﾝﾀﾙﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ	a:スポーツ活動の実践による精神への影響をスポーツ活動時に生かせる。 b:スポーツ活動の実践による精神への影響を知り、実践に生かせる。 c:スポーツ活動の実践による精神への影響を理解し、今後のスポーツ活動への影響を考える。	・小テスト ・授業プリント	・小テスト ・グループワーク ・パフォーマンス課題	・ワークシート ・学習課題の成果物 ・発言の積極性
	スポーツライフマネジメント	自分の体をメネジメントしよう ・体調チェック、ｳｫｰﾐﾝｸﾞｱｯﾌﾟとｸｰﾘﾝｸﾞﾀﾞｳﾝ ・スポーツ外傷・障害の応急処置と予防 ・知っておきたいテーピング	a:自分の体を管理できる能力を身に着け、日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法を理解し、実施することができる。 b:運動に対する準備や日常生活で起こる傷害や熱中症の応急手当が必要か調べ、まとめたりできる c:日常生活のどのよう場面でも傷害等が発生するか調べたり考えたり、学習活動に取り組もうとする。	・小テスト ・授業プリント	・小テスト ・グループワーク ・パフォーマンス課題	・ワークシート ・学習課題の成果物 ・発言の積極性

※令和４年度以降入学生用

3学期	スポーツの歴史・文化的特性	スポーツについて考えよう ・競技スポーツの魅力 ・スポーツの社会的役割 ・スポーツの起源と変遷 ・スポーツと国際理解	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、言ったり書きだしたりしている。 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 ・授業プリント	・小テスト ・グループワーク ・パフォーマンス課題	・ワークシート ・学習課題の成果物 ・発言の積極性

※　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