※令和４年度以降入学生用

学校番号	317

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

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・基礎・基本的な運動技能や体力・筋力を高めよう。

・時間の厳守など、ルールをしっかり守ろう。

２　学習の到達目標

・運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、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育てる。

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	運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、体力の必要性について理解するとともに生涯にわたって運動を豊かに継続するための技能を身に付けている。	運動や健康についての自他の課題を発見し、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに他者に伝えている。	選択した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やスポーツの特徴を理解している。
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・集団行動	オリエンテーション 新体力テスト ラジオ体操	a: 体の動きを高めることができる。 b: 体つくり運動の特性を踏まえて、自己や仲間の課題を発見し他者に伝えている。 c: 体つくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。	技能観察	受講態度の観察 技能観察	受講態度の観察 技能観察
	武道	柔道	a: 基本となる受身をしっかりと取ることができる。また、相手を抑えたりする攻防の基本動作を習得している。 b:攻防などの自己や仲間の課題を発見し運動の取り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ている。 c: 相手を尊重し課題や挑戦に自主的に取り組もうとしている。	技能観察	受講態度の観察 技能観察	受講態度の観察 技能観察
	体つくり運動	体つくり運動	ａ：体を動かす楽しさや心地よさを味わい、自己の体力や生活の応じた継続的な運動につなげることができる。 ｂ：生涯にわたって運動を継続するための自己や仲間の課題を発見し、計画的な解決に向けて取り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ている。 ｃ：体つくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高めあおうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとすること、合意形成に貢献しようとすることに、自主的に取り組もうとしている。	体の使いかた、動かしかた観察	受講態度の観察 体の使いかた、動かしかた観察 振り返りシート	受講態度の観察 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

2学期	体育理論	運動･スポーツの学び方	ａ：運動やスポーツの技能と体力は、相互に関連し、期待する成果に応じた技能や体力の高め方を理解し、発言したり、記述したりしている。 ｂ：スポーツの技術は、学習を通して技能として発揮され、技術の種類に応じた学習の仕方について、整理したり、説明したりしている。 ｃ：スポーツの技能や技術の向上の方法、体力の高め方について、資料を見たり、読んだりするなどの学習活動に意欲的に取り組もうとしている。			
	陸上	ハードル	a: スピードを維持した走りからハードルを低く飛び越すことができる。 b: 自己の課題に応じた運動の行い方の改善すべきポイントを見つけ他者に伝えている。 c: ルールやマナーを大切にしながら練習や記録会に自主的に取り組もうとしている。	技能観察	受講態度の観察 技能観察	受講態度の観察 技能観察
	水泳	クロール･平泳ぎ	a: 手と足､呼吸のバランスを保ち、安定したペースで速く泳ぐことができる。 b: 泳法などの改善についてのポイントを発見し取り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ている。 c: 水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。	技能観察 レポート	受講態度の観察 技能観察	受講態度の観察 技能観察

※令和４年度以降入学生用

	球技	ハンドボール	a: ゴール前への侵入などから攻防を展開するための安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きができる。 b: 作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するために自己の考えを他者に伝えている。 c: 互いに助け合い教え合いながら自主的に取り組もうとしている。	技能観察	受講態度の観察 技能観察	受講態度の観察 技能観察
	ダンス	ステップダンス 創作ダンス	a: リズムの特徴を捉え、変化とまとまりを付けて、リズムに乗って全身で踊るための動きができる。 b: 互いの違いや良さを認め、自己の考えを他者に伝えている。 c: 互いに助け合い教えあいながらダンスに主体的に取り組もうとしている。	技能観察	受講態度の観察 ノートの記録	受講態度の観察 技能観察
３学期	陸上競技	長距離走	a: 自己のペースを維持して一定の距離を走り通すことができる。 b: 動きやタイムなどの自己や仲間の課題を発見し他者に伝えている。 c: タイムを意識して自主的に長距離走に取り組もうとしている。	技能観察 長距離走の記録 レポート	受講態度の観察	受講態度の観察 技能観察
	球技	バスケットボール	a: ドリブルやパスなどの基本的な技能を身につけることができる。 b: 攻防などの自己やチームの課題を発見し他者に伝えている。 c: フェアプレイを大切にしながら自主的に球技に取り組もうとしている。	技能観察 長距離走の記録 レポート	受講態度の観察	受講態度の観察 技能観察

※　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