※令和３年度以前入学生用

| 学校番号 | ３０３ |
|---|---|

# 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 | ２単位 | 年次 | ３年次 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 使用教科書 | 「最新高等保健体育」改訂版（大修館書店） | | | | | | |
| 副教材等 | 「最新高等保健体育ノート」改訂版（大修館書店） | | | | | | |

## 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。
・球技選択の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、班員に伝達しまた指示ができるようにする。結果、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。<br>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。<br>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。<br>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。<br>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。<br>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。<br>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。<br>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。<br>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。<br>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 | 出欠状況<br>受講態度の観察<br>学習活動計画表の提出及び実践<br>等 | 学習活動計画表<br>体育理論のテスト<br>等 | 技能観察<br>試合結果<br>結果の記録<br>等 | 学習活動計画用の提出及び実践<br>レポート<br>体育理論のテスト<br>等 |

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る。
学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価する。

※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<br>集団行動<br>ラジオ体操<br>体ほぐしの運動<br>体力を高める運動 | ○ | ○ | | ○ | a:体つくり運動の楽しさや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ようとすること、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。<br>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。<br>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。 | 出欠状況<br><br>受講態度の観察 |
| | 陸上競技 ソフトボール バスケットボール テニス | テニス<br>ソフトボール | ○ | ○ | ○ | ○ | a:記録や勝敗を冷静に受け止め、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などや、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。<br>b:生涯にわたって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。<br>c:各種目の特性に応じた技能を身につける。<br>d: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。 | 出欠状況<br><br>受講態度の観察<br><br>記録や試合結果<br><br>技能観察 |
| | 球技選択 | グランド種目<br>サッカー・ ハンドボール・タグラグビー・ソフトボール・テニス<br>体育館種目<br>バスケットボール<br>バレーボール<br>バドミントン<br>上記より1種目を選択する。<br>（2学期と合わせてグランド種目2・体育館種目1を選択する。） | ○ | ○ | ○ | ○ | a:勝敗を冷静に受け止めること、よいプレーを讃えようとすること、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。<br>b:生涯にわたってスポーツを豊かに実践するための取り組み方を工夫している。<br>c:各種目の特性に応じた技能を身につける。<br>d: 技術やルールの伝達、試合の運営を班員へ指導しまとまった活動をさせることができる。 | 出欠状況<br><br>学習活動計画表の提出<br><br>担当者の指示力<br><br>受講態度の観察<br><br>準備・協力の観察<br><br>技能観察 |

※令和３年度以前入学生用

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 水泳 | 水泳<br>クロール<br>平泳ぎ<br>背泳 | ○ | ○ | ○ | ○ | a・b：水泳の事故防止に関する心得最大限自覚し、３泳法のメドレーができるようにする。<br>c：タイム計測では、できるだけ継続してタイムが向上するよう努力することができる。<br>d：水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 | 出欠状況<br><br>受講態度の観察<br><br>タイム計測による記録 |
| 2学期 | 球技選択 | グランド種目<br>サッカー・ ハンドボール・タグラグビー・ソフトボール・テニス<br>体育館種目<br>バスケットボール<br>バレーボール<br>バドミントン<br>上記より2種目を選択する。<br>（1学期と合わせてグランド種目2・体育館種目1を選択する。） | ○ | ○ | ○ | ○ | a：勝敗を冷静に受け止めること、よいプレーを讃えようとすること、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。<br>b：生涯にわたってスポーツを豊かに実践するための取り組み方を工夫している。<br>c：各種目の特性に応じた技能を身につける。<br>d：技術やルールの伝達、試合の運営を班員へ指導しまとまった活動をさせることができる。 | 出欠状況<br><br>学習活動計画表の提出<br><br>担当者の指示力<br><br>受講態度の観察<br><br>準備・協力の観察<br><br>技能観察 |
| | 体育理論 | 生涯スポーツの見方・考え方<br>ライフスタイルにおうじたスポーツ<br>日本のスポーツ振興 | ○ | ○ | | ○ | a：自由時間活用の観点からスポーツ活動の重要性や豊かなライフスポーツを実現するために何が大切かについて、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。<br>b： 各ライフステージに広がるスポーツ活動の特徴について、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。<br>d： 自分にあったスポーツライフを具体的に設計したり、国・地方自治体がおこなっているスポーツ振興の施策・総合型地域スポーツクラブとはどのようなものかについて、発言したり書きだしたり、自分の考えを文章にしたりできる。 | 出欠状況<br><br>受講態度の観察<br><br>体育理論のテスト |

※令和３年度以前入学生用

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3学期 | テニス・フットサル・タグラグビー | テニス<br><br>フットサル<br><br>タグラグビー | ○ | ○ | ○ | | a:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの良さを認めあうこと、よいプレーを讃えようとすること、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。<br>b:生涯にわたって各種目を豊かに実践するために運動に取り組み協力して全力を尽くして試合を楽しむ努力をしている。<br>c:各種目の特性に応じた技能を最大限駆使して試合に臨むことができる。 | 出欠状況<br><br>受講態度の観察<br><br>試合の運営<br>役割を果しているか<br><br>試合結果ノート<br>技能観察 |

※　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○を付けている。