※令和４年度以降入学生用

| 学校番号 | 3005 |
|---|---|

# 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 | １年次 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 使用教科書 | | | | | | | |
| 副教材等 | Active Sports | | | | | | |

## 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や体力、筋力を高めましょう。
自他の運動を観察し、分析することで興味や関心を高め、運動の楽しさ、喜び、達成感を一緒に味わいましょう。
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ましょう。

## ２　学習の到達目標

- 各種目の運動特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

## 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 | 運動種目における各技術の名称や技能、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、具体的な方法を理解している。運動の種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するために各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身につける。 | 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みができる。<br>運動を継続したり、体力や技能の向上に向けた計画を立てることができる。<br>学習で得た成果を自ら応用、発展させ、実生活に活かせる。 | 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つける。 |

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) |
| 前期 | 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>ラジオ体操第二<br>体ほぐしの運動<br>体力を高める運動 | a: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。<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向上を図るための運動を計画するとともに、自己の課題に応じた運動の仕方について工夫している。<br>c:体づ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、健康・安全を確保して自主的に学習に取り組もうとしている。 | 技能観察 | 課題レポート<br>授業態度の観察 | 授業態度の観察 |
| | 水泳（男子・女子）・体育理論 | 水泳<br>クロール<br>体育理論（水分補給、水泳授業オリエンテーション） | a:クロールの特性に応じた効率的な泳法を身につけている。技術の名称や技能、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。また、課題提出を行い技能の名称や方法の理解度を確認する。<br>b:水泳を通じて運動を継続するための泳法の習得に必要な知識を身につけるための工夫をしている。<br>c:記録の向上や自己と仲間の課題を解決することを通じて水泳の楽しさや喜びを味わう。また、水泳の事故防止に自主的に取り組もうとしている。 | 技能観察 | 課題レポート<br>授業態度の観察 | 授業態度の観察 |

※令和４年度以降入学生用

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 後期 | 器械体操 | 器械体操<br>マット運動 | a:回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うことができる。<br>b:自己の課題に応じた運動の仕方を工夫している。<br>c:基本的な技、発展技の中から、技の完成度や演技の構成に対して理解を示し、自主的に取り組もうとしている。 | 技能観察 | 課題レポート<br>授業態度の観察 | 授業態度の観察 |
| | 球技 ゴール型 | ゴール型<br>サッカー | a:球技の特性に応じたゲームを展開するための作戦と、運動技能や仲間との連携した動きを身につけている。技術の名称や行い方、運動観察の方法を理解している。<br>b:生涯にわたって球技を豊かに実践するために、自己の課題に応じて取組み方を工夫している。<br>c:球技の醍醐味を味わうことができるようフェアプレイを大切にしている。また、自己責任を果たし、健康や安全のために自主的に学習に取り組もうとしている。 | 技能観察 | 課題レポート<br>授業態度の観察 | 授業態度の観察 |

※令和４年度以降入学生用

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 陸上競技・体育理論 | 陸上競技<br>長距離走<br>体育理論（個人の体力に応じた個人のラップ、ペース） | a:長距離走に応じた効率的な走法を身につけている。技術の名称や体力の高め方、運動観察の方法を理解している。ペース配分を分析し、呼吸法を工夫するなど、記録向上に向けた工夫を行っている。<br>b:生涯にわたり長距離走を実践するために運動の取組み方を工夫している。<br>c:長距離走の醍醐味を味わうことができるように、マナーやルールを大切にしようとする。自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保し、自主的に学習に取り組もうとしている。 | 技能観察 | 課題レポート<br>授業態度の観察 | 授業態度の観察 |

※　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