※令和４年度以降入学生用

学校番号	C2101

令和５年度　保健体育科

科目	体育２	単位数	２	必要Ｓ出席数	１０
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店）				
副教材等	最新スポーツルール　（大修館書店）				

	年間総数	１範囲	２範囲	３範囲
レポート	３通	1	1	1
スクーリング	２１回	9	6	6
テスト	１回	なし	なし	あり
課題・実習等	テストが合格点に達しない場合は再テストを実施			

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

- レポートは空欄があると再提出となります。すべて記入したうえ、各レポートの提出期日を目安に早めの提出を心がけましょう。
- 学校指定の体操服はありません。各自でジャージやＴシャツ、体育館用とグラウンド用のシューズなどを準備し、スクーリングの開始時間に遅れないよう、運動できる服装に着替えて活動場所に集合しよう。
- 急な体調不良等による「見学」での出席は認められません。長期にわたり運動を制限されている場合は、事前に担当者に相談してください。

２　学習の到達目標

- 実技を通して、集団で運動する楽しさや体を動かすことの喜びを感じる。
- 自分自身の健康や体力の状態を意識し、安全に楽しく運動するために協力する姿勢を身につける。
- レポート学習を通して、体力の必要性を理解し、体力や運動技能を高めるための合理的な方法について知識を深める。

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	動きのメカニズムと体力や技能が向上していく過程、トレーニング理論などを理解している。 体力の重要性を理解し、安全に留意しながら運動を実施する。 知識を活用し、技能の向上につなげる。	自分の体調や体力等の状態から運動量を考え、無理せず、安全に運動に取り組む。仲間と運動を楽しむためにどうすればよいかを考える。気づいたこと、感じたことを伝え、問題解決にむけて工夫する。	目標を立て、記録や技能の向上に挑戦する。 仲間と連携・協力しながら運動することで、各種目を積極的に楽しむ。

- 学年末に５段階で評価する。

※令和４年度以降入学生用

４　学習の活動

範囲	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	体育理論	スポーツの技能と体力 スポーツの技術と戦術	a.　スポーツにおける技能と体力の関係を理解し、トレーニングの基本原理や技能の型に応じた練習方法について理解している。 b.　気づいたことや感じたことを表現する。	レポート	レポート	
	球技等	体力測定 男子:陸上競技 ラグビー 女子:バドミントン 卓球	a.　各種目の実施・測定方法を理解している。各球技のルールを理解している。 b.　使用するボールの特性を踏まえ、協力しながらプレイをする方法を工夫している。 c.　自らの目標を設定し、人と協力しながら取り組もうとしている。得点や勝敗だけにとらわれず、互いに助け合いながらプレイをしようとしている。	受講態度の観察	受講態度の観察	受講態度の観察
2	体育理論	技能の上達過程と効果的な練習方法	a.　動きのメカニズムや技能の上達過程などについて理解している。 b.　気づいたことや感じたことを表現する。	レポート 定期考査	レポート	
	体つくり運動　球技等	男子:体ほぐし運動 バスケットボール 女子:体ほぐし運動 ダンス 陸上競技	a.　各種目の実施・測定方法を理解している。各球技のルールを理解している。体を動かすことを通して、気づいたり関わりあったりすることができる。 b.　体調や体力に合わせて、無理なく運動を続けられるように考え、試行する。フォームや体の使い方を工夫する。 c.　自己の記録や運動技能の向上に関心を持って取り組もうとしている。互いに助け合い、プレイから学ぼうとしている。	受講態度の観察	受講態度の観察	受講態度の観察
3	体育理論	体力トレーニング	a.　基礎的なトレーニング理論やトレーニングの進め方を理解している b.　気づいたことや感じたことを表現する。	レポート 定期考査	レポート	
	球技	男子:卓球 ソフトボール 女子:サッカー ソフトバレー	a.　各球技のルールを理解している。ラケット操作を身につけ、シャトルの動きを予測し、対応できる。 b.　コート内の状況から、自分がいかにプレイするかを考える。相手に合わせたパスや返球を工夫する。 c.　上達のために互いに協力しながら練習に取り組み、プレイを楽しもうとしている。	受講態度の観察	受講態度の観察	受講態度の観察

※　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