※令和４年度以降入学生用

学校番号	３０１

令和５年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育男子	単位数	２単位	年次	１年次
使用教科書	「高等学校　保健体育」　（第一学習社出版）						
副教材等	なし						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

集団で動く際のルールやマナーを学んでいくこと、またスポーツを楽しむことを前提とした体育の授業を行います。
積極的に、自主的に授業を受けてくれることをのぞみます。

２　学習の到達目標

１.健康の保持増進と体力の向上を図り、強健な心身を養うための技能を身につける。（知識・技能）
２.運動を行う上での課題を発見し、その解決に向けた考えを互いに伝え合う力を養う。（思考・判断・表現）
３.生涯を通じて運動を実践する能力や態度を育てるとともに、健康な生活を営むことができるようにする。（主体的に学習に取り組む態度）

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	自己の能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して運動を行うとともに、運動の技能を高めている。また、自己の体力や生活に応じて体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付けている。	自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え、工夫している。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任などの態度を身につけるとともに、健康・安全に留意して自ら計画的に運動をしようとする。社会の変化とスポーツ、運動技能の構造と運動の学び方、体ほぐしの意義と体力の高め方に関する基本的な事項を理解し、知識を身に付けている。

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)
前期	体つくり運動	寝屋川体操	a:動作が正確であるか。 b:グループワークにて課題を見つけ意見を出し合い解決をする。 c:からだの調子を整え、仲間と楽しく交流する。からだの動かす部位を理解する。	実技①	ワークシート①	実技①
	陸上競技	ハードル走	a:ハードルを越える動作、中間走の動作を連続性を持って捉え、有効な動きを身につける。 b:ハードル走を速く走るために、どのようなフォームで走ればよいか、どのような技能が必要であるか、また、どのようなトレーニングが効果的かなど、積極的に調べ取り組む c:準備や計測時に協力的な行動ができる。速く走るために、効果的な練習を、自己や集団の能力に応じて考えながら実行する。	実技②	ワークシート②	実技②
	水泳	クロール	a:ビート板などの補助器具を用いるなどして、足の動き、手の動き、息継ぎなどの基礎的な動きを身につける。手の動作と足のタイミング、6 打法による速く強い足の動作などの技能を習得し、正しいフォームで速く・長く泳ぐ。 b:速く、また長く泳ぐために効果的な練習を、自己の能力に応じて考えながら実行する。 c:陸上運動とは異なる、水中という環境の中で水の特性をつかみ、積極的に泳法を学び取る。クロールの技能について、正しいイメージをもつ。安全面の配慮を、心肺蘇生法などとも関連させながら理解する。	実技③	ワークシート③	実技③

※令和４年度以降入学生用

（前期）	球技	ハンドボール	a:パス・ドリブル・シュート・ゴールキーピングなど基礎的な技能を身につけ、ゲーム中の、オフェンス・ディフェンス・ゴールキーパーとの連携などの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身につける。 b:ゲームの中で、その時々に自らに求められるプレーを、チームメイトとの関係も考慮して適切に選択する。 c:ハンドボールの基本的な集団技能や個人技能を身につけ、具体的な作戦を立てて、積極的にゲームに臨む。ゴールへのシュートを競い合うゲームの特性と技能の構造を正しく理解する。ゲームのルールを正しく理解し、審判法を身につける。	実技④	ワークシート④	実技④
	体育理論	第５章　スポーツの文化的特性と現代スポーツの発展 1．スポーツの歴史的発展と多様な変化 （教 p.124～125）	a:スポーツの起源と変遷について、正しい知識をもつことができる。また、・わが国発祥のスポーツについて、正しい知識をもつことができる。 b:現在、自らが行ったことのあるスポーツについて調べるなど、身近なものとして考えることができる。 c:スポーツの歴史やわが国発祥のスポーツについての様々な情報を積極的に収集できる。		ワークシート⑤	

※令和４年度以降入学生用

後期	球技	アルティメット	a: 基礎的な技能を身につけ、ゲーム中の具体的な攻防の場面を想定し、互いに協力して、有効な動きを身につける。 b: ゲームのなかで、その時々に自らに求められるプレーを、チームメイトとの関係も考慮して適切に選択する。 c: アルティメットの基本的な技能を身につけるとともに、それを集団的な技能に結びつけるための練習を積極的に行う。ゴールで得点することを競い合うゲームの特性と技能の構造を正しく理解する。ゲームのルールを正しく理解し、審判法を身につける。	実技①	ワークシート①	実技①
	球技(ネット型)	バレーボール	a: レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどの基本を着実に身につけ、多彩な連携プレーを組み立てる。 b: チーム内で、個人技能を組み合わせた連携プレーを使って、相手チームに応じた適切な作戦を考える。 c: バレーボールの基本的な個人技能や集団技能を身につけ、チームの特徴を生かした攻撃と防御の連携プレーをゲームで発揮する。 ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための正しい知識をもつ。	実技②	ワークシート②	実技②

※令和４年度以降入学生用

（後期）	陸上競技	長距離走	a: 短距離走とは異なる、ストライド走法、ピッチ走法などから、自分にあったフォームを取り入れ、ペース配分などを考えながら走る。 b: 速く走るために効果的な練習を、自己や集団の能力に応じて、考えながら実行する。 c: 自身の健康を理解し、積極的に取り組む。長距離走を速く走るために、どのようなフォームで走ればよいか、どのような技能が必要であるか、また、どのようなトレーニングが効果的かなど、積極的に調べ取り組む。	実技③	ワークシート③	実技③
	体育理論	第５章　スポーツの文化的特性と現代スポーツの発展 3. ドーピングとアンチ・ドーピング（教 p.128～129）	a:ドーピングやドーピングの問題点について、正しい知識をもつことができる。 b:ドーピングがなぜ行われるのかについて、自らに当てはめて考えることができる。 c:ドーピングとは何か、ドーピングの問題点などについての情報を積極的に収集できる。		ワークシート④	
	（体育理論）	5. スポーツが環境や社会にもたらす影響 （教 p.132～133）	a:現代のスポーツの変化と発展やその功罪について、正しい知識をもつことができる。 b:現代のスポーツの変化について、自らが行ったことのあるスポーツの変化などを調べ、身近なものとして考えることができる。 c:現代社会におけるスポーツの捉えられ方や、スポーツの発展、スポーツ環境の変化などについての情報を積極的に収集できる。		（ワークシート④）	

※　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