※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　女子	単位数	３単位	年次	２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　学習評価(評価規準と評価方法)

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、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。
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	球技	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:バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	実技①	ワークシート①	実技①
	球技	卓球	a:ロング・ショート・カットなどの打法や・サービス・レシーブなどの基本を着実に身につけ、多彩なプレーを組み立てる。 b:相手の動きや打球に対して、より有効な攻撃を考え、ゲームに生かす。ダブルスでは、パートナーの特徴を生かした攻撃を考える。 c:卓球に自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	実技②	ワークシート②	実技②

※令和４年度以降入学生用

（前期）	水泳	平泳ぎ	a:平泳ぎの技能について、正しいイメージをもつことができる。プルとキックのコンビネーション、手の動作と呼吸のタイミングなどの技能を習得し、修得し、正しいフォームで速く・長く泳ぐことができる。 b:泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:水泳に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使用とすることなどや、健康・安全を確保する。	実技③		実技③
	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:攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:ハンドボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	実技④	ワークシート③	実技④

※令和４年度以降入学生用

後期	球技	バスケットボール	a:パス・ドリブル・シュート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:バスケットボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようとすること、互いに助け合い教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	実技①	ワークシート①	実技①
	陸上競技	投擲	a:遠くに投げるために必要な体力を高めるための、効果的な練習法やトレーニングについて、正しい知識をもつことができる。また、助走から投げるまでの一連の動作を、スムーズに行うことができる。 b:遠くに飛ばすための動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:砲丸投げ・やり投げに自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使用とすることなどや、健康・安全を確保する。	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:自分にあったペースを維持して一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり競走したりすることができる。 b:速く走るための動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使用とすることなどや、健康・安全を確保する。	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 4. スポーツの経済効果とスポーツの価値 （教 p.130～131）	a:スポーツ産業について正しい知識をもつことができる。また、スポーツの価値の順守の重要性について正しい知識をもつことができる。 b:スポーツ産業やスポーツに関連する職業について、自らの将来に当てはめて考えることができる。 c:スポーツ産業とは何か、発展の経緯、スポーツの価値についての情報を積極的に収集できる。		ワークシート④	

※令和４年度以降入学生用

通年	武道・ダンス	柔道・剣道 ダンス	a:自己の能力に応じて技能を高め、相手の動きに対応した攻防ができるようにする。 b:安全に練習ができるようにするとともに、計画的な練習や試合の工夫ができるようにする。 c:自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、健康・安全を確保することができる。 a:表したいテーマを音楽にあわせて特有の表現やステップを習得する。 b:自己の能力に応じた課題をもって、いろいろなテーマによる即興表現を工夫したり、作品にまとめる。 c:自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、健康・安全を確保することができる。	実技⑤	ワークシート⑤	実技⑤

※　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