| 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 | ２単位 | 年次 | ３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: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 | 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。 | 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。 | 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。 | 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。 |
| 評価方法 | 観察<br>授業態度<br>ワークシート | 観察<br>授業態度<br>ワークシート | 観察<br>技能テスト | 観察<br>授業態度<br>ワークシート |

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。

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 | | |
| 前期 | からだ作り運動 | 集団行動<br>徒手体操 | ○ | ○ | ○ | ○ | a からだの調子を整え、仲間と楽しく交流する。<br>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。<br>c 動作が正確であるか。<br>d からだの動かす部位を理解する。 | ・授業態度<br>・ワークシート<br>・技能テスト |
| 後期 | 球技 | テニス | ○ | ○ | ○ | ○ | a テニスの基本的な技能を身につけるための効果的な練習方法を考え、積極的に実行する。<br>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。<br>c グランドストローク・ボレー・スマッシュ・ロビング・サービス、レシーブなどの個人的技能を身につけ、多彩なプレーを組み立てる。<br>d ネット型のゲームの特性や、テニスのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための正しい知識をもつ。 | ・授業態度<br>・ワークシート<br>・技能テスト |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ソフトボール | ○ | ○ | ○ | ○ | a　ソフトボール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。<br>b ゲームのなかで、チームの戦術と自己の役割を正しく理解し、適切なプレーをする。<br>c スローイング・キャッチング・バッティングなど個人的技能の基本を着実に身につけ、ダブルプレーなど集団的技能のなかで正しく適用する。<br>d ゲームのルールを確実に理解し、具体的な場面においてそれをふまえた行動をする。 | |
| 後期 | 球技 | フットサル | ○ | ○ | ○ | ○ | a フットサル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。<br>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。<br>c 足を使ったパス・ドリブル・シュート、ヘディング・ゴールキーピングなどの基礎的な技能を身につけ、オフェンス・ディフェンス・ゴールキーパーとの連携など、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。<br>d 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。 | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 後期 | 水泳競技 | 背泳ぎ | ○ | ○ | ○ | ○ | a 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。<br>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。<br>c 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。ローリングを生かした手の動作と呼吸のタイミング、大き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。<br>d 泳ぎの技能について、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。 | ・授業態度<br>・ワークシート<br>・技能テスト |
| 前期 | 球技 | バドミントン | ○ | ○ | ○ | ○ | a バドミントンの基本的な技能を身につけるための効果的な練習方法を考え、積極的に実行する。<br>b 相手の動きやフライトの特徴に対して、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。<br>c ハイクリア・ドロップ・ドライブ・スマッシュ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。<br>d ネット型のゲームの特性や、バドミントンのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための正しい知識をもつ。 | ・授業態度<br>・ワークシート<br>・技能テスト |

※　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

※　年間指導計画（例）作成上の留意点

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）の各項目において特に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。