

## 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	3年次 (男子)
使用教科書	現代高等保健体育改訂版（大修館）						
副教材等	なし						

## 1 担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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・体力や筋力を高めよう。  
 ・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感をみんなであらわそう。  
 ・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よう。

## 2 学習の到達目標

・心と体を一体と捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通じて運動を習慣化する。  
 ・生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を運動場面だけでなく日常生活で生かせるよう、ライフステージと健康について知識や理解を深めるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り適切に判断する能力を養う。  
 ・何事にも一生懸命に取り組む態度を身につける。

## 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・表現	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自ら進んで計画的に運動しようとしているか。 公正、協力、責任などの社会的態度が身についているか。 健康や安全に留意して運動しようとしているか。	自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題を見つけ出しているか。 課題解決をめざして、活動の仕方を考え工夫しているか。	自己の能力と運動の特性に応じた課題解決をめざして運動をおこない、技能を高めているか。 自己の体力や生活に応じた体力を高めるための運動の行い方を身に付けているか。	運動技術のしくみと運動の学び方について理解できているか。
評 価 方 法	受講態度の観察 レポート 等	受講態度の観察 レポート 等	技能観察 記録 発表 等	技能観察 レポート 体育理論のテスト 等
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにごとに評価し、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		
1学期	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 新体カテスト 体育理論	○	○	○	○	<p>a: 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、体力の違いに配慮しようとする、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: ねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 技能向上に挑戦している。特性に応じた合理的な動きを身につけている。</p> <p>d: 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。</p>	受講態度の観察 レポート 記録	
	球技 テニス バスケットボール バレーボール	○	○	○	○	<p>a: 球技の楽しさを味わうことができるよう、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 状況に応じたボール、コントロールができています。それぞれのゲームの特性を理解し、作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。</p> <p>d: 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	受講態度の観察 技能観察 レポート 記録	

2 学 期	球 技	テニス ソフトボール	○	○	○	○	<p>a: 球技の楽しさを味わうことができるよう、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 状況に応じたボール、コントロールができています。それぞれのゲームの特性を理解し、作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。</p> <p>d: 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	<p>受講態度の観察</p> <p>技能観察</p> <p>レポート</p> <p>記録</p>
	水 泳	4泳法 (バタフライ、背泳、平泳ぎ、クロール) 個人メドレー	○	○	○	○	<p>a: 水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように、自己の泳力を知った上でマナーやルールを大切に、水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって水泳を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c: 記録に挑戦する。水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。</p> <p>d: 各泳法の名称や練習方法、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	<p>受講態度の観察</p> <p>技能観察</p> <p>レポート</p> <p>記録</p>

