※令和３年度以前入学生用

学校番号	3020

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
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、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、達成感を味わおう。
・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、自分に合ったスポーツライフを考えよう。

2　学習の到達目標

・心と体を一体として捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育てる。運動の合理的・計画的な実践を通して、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、日常生活でも活かせるよう、ライフステージと健康について知識と理解を深め、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	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 健康、安全に留意して学習に主体的に取り組もうとする。 結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 公正・協力・責任・参画などの態度を身につける。	知識を活用し、技能向上につなげる。 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みを工夫できる。 運動を継続し、体力や技能向上に向けた計画を考えることができる。	記録や技能向上に挑戦する。 運動の合理的な実践を通して、各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身につける。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	運動の技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や発表の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法を理解している。
評価方法	受講態度の観察 ノート レポート	受講態度の観察	技能観察 ノート	受講態度の観察 ノート レポート 体育理論のテスト

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。

※令和３年度以前入学生用

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	体つくり運動 水泳	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力を高める運動 背泳ぎ バタフライ	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	 ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	a:体つくり運動の楽しさを味わうことができるよう、互いに助け合い、学習に自主的に取り組もうとしている。 b:自己のねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上のために工夫して取り組んでいる。 c:水泳の特性に応じた効率的な泳法を身に付けている ｄ:運動を継続する意義や運動の原則などを理解している	受講態度の観察 技能の観察 ノート レポート
2学期	水泳	背泳 バタフライ 個人メドレー	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができる。水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保する。 b:生涯にわたって水泳を実践するための取り組みかたを工夫している。 c:水泳の特性に応じた効率的な泳法を身に付けている d:技術の名称や行い方を理解している。	受講態度の観察 技能の観察 ノート レポート
	球技	《ネット型》 バドミントン(女子のみ) バレーボール 《ゴール型》 ハンドボール(女子のみ) バスケットボール(男子のみ) サッカー	 ○ ○ ○ ○ ○	 ○ ○ ○ ○ ○	 ○ ○ ○ ○ ○	 ○ ○ ○ ○ ○	a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、相手を尊重しながら自主的に取り組もうとしている。 b:生涯にわたって球技を実践するために、自己の課題に応じた運動の取り組みを工夫している。 c:各球技の個性に応じた技術を身に付けている。 d:技術の名称や行い方を理解している。	受講態度の観察 技能の観察 ノート レポート

※令和３年度以前入学生用

２学期	体育理論	豊かなスポーツライフの設計	○	○		○	a:豊かなスポーツライフの設計について意見交換や自身の考えを発表するなど自主的に取り組む。 b:豊かなスポーツライフの設計について情報の分析をし、自分の考えを説明できる。 d:豊かなスポーツライフの設計について、言ったり書き出したりしている。	受講態度の観察 技能の観察 ノート レポート
３学期	陸上競技	長距離走	○	○	○	○	a:　ランニングの楽しさや喜び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。 b:生涯にわたって長距離走を豊かに実践するための運動の取り組み方を工夫している。 c:自分の能力に応じた長距離走ができる。 d:技術の名称や行い方を理解している。	受講態度の観察 技能の観察 ノート レポート

※　表中の観点について　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