※令和4年度以降入学生用

| 学校番号 | 1003 |
|---|---|

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 | 2　年次 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 使用教科書 | 現代高等保健体育(大修館書店) | | | | | | |
| 副教材等 | 特になし | | | | | | |

1　担当者からのメッセージ(学習方法等)

・体育の授業を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動の多様性や体力の必要性について理解しよう。
・仲間と積極的にコミュニケーションを取り、協調性を持って課題解決に向けて取り組もう。

2　学習の到達目標

個人種目や集団種目、記録型種目や球技種目などの実践を通して、以下の資質を身につけること。
(1)技術の名称や行い方の知識を踏まえて、基本的な運動の技能として発揮したり、身体表現したりする力
(2)自己や仲間の運動課題を見つけ、合理的・計画的な解決に向けて思考・判断し、共有する力
(3)運動の楽しさや喜びを味わい、自主的に学習活動に取り組む態度

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 | 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的・計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、生涯に渡って豊かなライフスポーツを継続するため、個人生活および社会生活における健康や安全について、課題の解決に役立つ基礎的な事項を理解している。 | 生涯に渡る豊かなスポーツライフの実現を目指し、自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や健康の保持増進のための運動の計画を工夫している。また、個人生活および社会生活における健康や安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表現している。 | 生涯にわたって継続して運動に親しむために、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とするとともに、健康・安全を確保している。 |

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<br>(a) | 思<br>(b) | 主<br>(c) |
| 1 | 体つくり運動 | 体をほぐしたり体力を高めたりするとともに、自己の体力や生活に応じた体つくり運動を構成し、活用することができる。 | a心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気づくことができる。狙いに応じて健康の保持増進や調和の取れた体力向上を図るための運動の計画を立てることができる。<br>b自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。<br>c体つくりの楽しさや喜びを味わうことができるように、健康や安全を確保して自主的に体力向上に取り組もうとしている。 | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート |
| | 集団演技 | 体育祭に向けた集団演技を行う。 | a自分の役割を理解し、互いに協力し合いながら取り組んでいる。集団演技における身体動作を理解し、継続した運動の実践をする。<br>b仲間とコミュニケーションを取りながら、自己の課題を発見し、その課題に応じた練習方法を選択している。<br>c自己の苦手な部分を克服し、正確・安全に演技を行うことができる。また、授業の準備・学習、片付け等に積極的に取り組んでいる。 | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート |
| | 球技（ゴール型） | ハンドボールの基本的な技術を身につけてゲームを実施する | aパスやドリブル、シュートなどの安定したボール操作を身につけることができる。また、ハンドボールの技術の名称やそれぞれの動きのポイント、ゴール型の戦術の特徴を理解することができる。<br>bチームの課題や目標に応じた練習や攻防の方法を考え実践している。<br>c自己の課題に向き合い、仲間と協力しながら活動に取り組もうとしている。 | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート |

※　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

※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<br>(a) | 思<br>(b) | 主<br>(c) |
| 1･2 | 水泳 | クロールと平泳ぎの2泳法を身につけるとともに、長い時間泳ぐことができるよう持久力向上をめざす。 | aそれぞれの泳法の効率的な動きを身につけている。また、技術の名称とそれぞれの動きのポイント、水泳の事故防止に関する方法を理解している。<br>b生涯に渡って水泳を豊かに実践するために、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。<br>c水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように、練習や競争に主体的に取り組み、水泳の事故防止に関する心得を持って、互いに助け合い高め合うことができる。 | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート |
| 2 | 球技（ベースボール型） | ソフトボールの基本的な技術を身につけてゲームを実施する。 | a打撃におけるバット操作、守備におけるグラブ操作やボール操作を、安定した状態で発揮することができ、ゲームで活用することができる。また、競技特性に応じた集団的技能や個人技能について理解している。<br>b自己やチームの課題を発見し、その課題に応じた練習方法を工夫し、チームに応じた戦術を考えて実践することができる。<br>cチームにおける自己の役割を理解し、その責任を果たし、互いに協力して練習やゲームができるようにするとともに、勝敗に対して公正な態度が取れるようにする。 | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート |
| | 球技（ゴール型） | バスケットボールの基本的な技術を身につけてゲームを実施する。 | aパスやドリブル、シュートなどの安定したボール操作を身につけることができる。ゲームの攻防で、状況に応じたプレイを選択することができる。また、バスケットボールの特性や技術の名称、ルールなどを理解し活用することができる。<br>bチームの課題や目標に応じた練習や攻防の方法を考え実践している。<br>c自己の課題に向き合い、工夫しながら主体的に取り組もうとしている。また、仲間とゲームを楽しみ達成感を味わうことができる。 | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート |

※　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

※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<br>(a) | 思<br>(b) | 主<br>(c) |
| 3 | 陸上競技（持久走） | 長距離走を行うことにより、自分に適したペースを見つけ、長時間走り続けるための体力・技術・精神力を身につける。 | a効率の良いフォームを維持して走ったり、ペース配分を考えながら走りのリズムをつくるための呼吸法を身につけることができる。また、長距離走の特性や合理的な練習方法を理解し、その知識を身につけている。<br>bペースの変化に応じた走法をうまく活用しながら、自分に合ったラップタイムを設定したり確認したりして、目標を決めて走ることの楽しさを味わう。<br>c長距離走の特性に関心を持ち、自己の記録に向き合いながらいかに速く走ることができるか挑戦することができる。 | 実技テスト（毎時間の4km計測）<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | 実技テスト<br>授業の取り組み<br>レポート |
| | 体育理論 | 体育理論 | a：種目の特性に応じた、効率的な技術を理解している。<br>より高度にスポーツを楽しむために、技術向上の大切さやルール理解を踏まえて、技術・体力の高め方、運動の方法を理解している。<br>b：スポーツライフを豊かに実践するために自己の課題に応じて運動の取り組み方を工夫することに気づけている。<br>c：誰もが安全にスポーツを楽しむことができるように、マナーやルールを大切にしようとすることや各種目の技術特性を理解し、自主的に取り組もうとする心を理解している。 | テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | テスト<br>授業の取り組み<br>レポート | テスト<br>授業の取り組み<br>レポート |

※　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