※令和3年度以前入学生用

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	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）

・1年間を5期に分け、それぞれの期間に2～4の種目を設けており、様々な種目を組み合わせたコースを設定しているので、その中から一つのコースを選択し、各期ごとに設定された種目を行う。
・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とり、課題解決に向け協力しよう。

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様々なスポーツ種目を通して、健全な身体の発達を促し、体力・技術・取り組む姿勢などの運動能力や健康で安全な生活を営む能力を育成し、人間性を豊かにすることを目標とする。

3　学習評価（評価基準と評価方法）

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、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、個人生活および社会生活における健康・安全について関心を持ち、意欲的に学習に取り組もうとする。	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・安全について、課題の解決を目指して考え、判断し、それらを表している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。	運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項および生涯にわたって豊かなライフスポーツを継続するための理論について理解している。また、個人生活および社会生活における健康・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。
評価方法	・出席状況 ・授業態度 ・準備と後片付け	・自己の課題の理解と克服 ・ゲームの運営 ・実技テスト	・基本から応用技術の実技テスト	・競技ルールの理解 ・実技テスト

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	体つくり運動	体ほぐしをしたり，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ようにする。	○	○	○	○	a: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。 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 d:心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付くことができる。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ことができる	・実技テスト ・授業の取り組み ・レポート
	Ⅰ期	テニス・ニュースポーツ・バドミントン・ハンドボールより1種目選択し、その種目の基礎から応用(ゲーム形式)まで発展させる。	○		○	○	a:自己の課題に向き合い、工夫をしながら主体的に取り組もうとしている。 b:チームの課題や目標に応じた練習や攻め方、守り方を考え実践している。 c: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。サーブやスマッシュなどの安定したラケット操作を身につけることができる。 d:それぞれの種目の技術の名称とそれぞれの動きのポイント、戦術の特徴を理解することができる。	・実技テスト ・授業の取り組み ・レポート
1・2	Ⅱ期	水泳(必修)とバレーボール・ソフトボールから選択し、2種目を行う。水泳はバタフライを中心に実施する。また選択種目は、基本から応用まで発展させる。 水泳(必修)	○		○	○	a: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もって、互いに助け合い、高め合うことができる。 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。 c:それぞれの泳法の効率的な動きを身につけている。 d: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。	・実技テスト ・授業の取り組み ・レポート
1・2	Ⅱ期	水泳(必修)とバレーボール・ソフトボールから選択し、2種目を行う。水泳はバタフライを中心に実施する。また選択種目は、基本から応用まで発展させる。 ソフトボール・バレーボール(選択)	○		○	○	a:チームにおける自己の役割を理解して、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とれるようにする。 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、チームに応じた作戦を考え実践することができる。 c:打撃におけるバット操作、守備における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。サーブやレシーブなどの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。 d:競技の特性に応じた集団的技能や個人的技能について理解している。	・実技テスト ・授業の取り組み ・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　　c:運動の技能　　d:知識・理解

※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		
2	Ⅲ期	卓球・テニス・サッカー・バレーボールより1種目選択し、その種目の基礎から応用(ゲーム形式)まで発展させる。	○		○	○	a:自己の課題に向き合い、工夫をしながら主体的に取り組もうとしている。 b:チームの課題や目標に応じた練習や攻め方、守り方を考え実践している。 c: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。サーブやスマッシュなどの安定したラケット操作を身につけることができる。 　サーブやレシーブなどの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。 d:それぞれの種目の技術の名称とそれぞれの動きのポイント、戦術の特徴を理解することができる。	・実技テスト ・授業の取り組み ・レポート
2	Ⅳ期	サッカー・ニュースポーツ・卓球・バスケットボールより1種目選択し、その種目の基礎から応用(ゲーム形式)まで発展させる。	○		○	○	a:自己の課題に向き合い、工夫をしながら主体的に取り組もうとしている。 b:チームの課題や目標に応じた練習や攻め方、守り方を考え実践している。 c: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。サーブやスマッシュなどの安定したラケット操作を身につけることができる。 d:それぞれの種目の技術の名称とそれぞれの動きのポイント、戦術の特徴を理解することができる。	・実技テスト ・授業の取り組み ・レポート
3	体育理論	体育理論	○	○	○	○	a: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。 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。 c:各種目の特性に応じた、効率的な技術を理解している。 d: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。	・筆記テスト ・授業の取り組み ・レポート
	Ⅴ期	運動種目を自由に決定させ、計画・準備・実施・振り返りまでをグループで行う。	○	○			a:自己の課題に向き合い、工夫をしながら主体的に取り組もうとしている。 b:チームやクラスの課題を理解し、克服するための学習計画を練ることができる。 c:これまでに習得した技術や基本技的な戦術応用し、発展し技術を身につける。 d:競技ルールを理解し、実践できる。	・実技テスト ・授業の取り組み ・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　　c:運動の技能　　d:知識・理解