※令和３年度以前入学生用

| 学校番号 | 3021 |
|---|---|

# 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 | | | | | | | |
| 副教材等 | アクティブスポーツ　（大修館出版） | | | | | | |

## 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、自己の能力に応じた基礎・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、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通じて、運動する・見る・支える・調べるといった関りを学び、自分に合ったスポーツライフを考えてみよう。

## 2　学習の到達目標

・心と体を一体としてとらえ、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。

## 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。<br>健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。<br>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。<br>公正・協力・責任・参画の態度を身につける。 | 知識を活用し、技能向上につなげる。<br>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。<br>運動を継続し、体力や技能向上をする為の計画を考えることができる。<br>学習で得た成果を自ら応用・発展させ実生活に活かせる。 | 記録や技能向上に挑戦する。<br>運動の合理的な実践を通じて、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に着ける。<br>仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。 | 運動の技術や名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習や試合・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具体的な方法を理解している。スポーツの歴史、文化的特性、かかわり方について理解している。 |
| 評価方法 | 受講態度の観察<br>レポート等<br>テスト | 受講態度の観察<br>レポート等<br>テスト | 技能観察<br>テスト | ノート<br>レポート<br>テスト<br>ブレインストーミング |

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 | 集団行動・体つくり運動 | オリエンテーション<br>集団行動<br>ラジオ体操<br>体力を高める運動<br>新体力テスト | ○ | ○ | | ○ | a:体つくり運動の楽しさや心地よさを味わう事ができるよう、個々の体力の違いに配慮しようとしたり、自己の責任を果たそうとしたりする。健康・安全を確保して自主的に取り組もうとしている。<br>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を工夫している。<br>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。 | 受講態度<br>技能テスト<br>レポート |
| | 球技 | バスケットボール | ○ | ○ | ○ | ○ | a:球技の楽しさや喜びを味わうことが出来るよう、フェアプレーを大切にしようとする事、自己責任を果たそうとする事、作戦などについて話し合いに貢献しょうとする事や健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。<br>b:生涯にわたって球技を豊かに実践する為の自己の課題に応じた運動の取り組みを工夫している。<br>c:球技の特性に応じてゲームを展開する為の作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につける。<br>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。 | 受講態度<br>技能テスト<br>レポート |
| | 水泳 | 水泳 | ○ | ○ | ○ | ○ | a:水泳の楽しさや喜びを味わう事ができるよう、マナーやルールを大切にしようとすることや、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。<br>b:生涯にわたって水泳を豊かに実践する為の自己課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。<br>c:水泳の特性に応じた、効果的な泳法を身につけている。<br>d:技術の名称や使い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 | 受講態度<br>技能テスト<br>レポート |

※令和３年度以前入学生用

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2学期 | 球技 | 卓球<br>バドミントン<br>ソフトボール | ○ | ○ | ○ | ○ | a:球技の楽しさや喜びを味わうことが出来るよう、フェアプレーを大切にしようとする事、自己責任を果たそうとする事、作戦などについて話し合いに貢献しょうとする事や健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。<br>b:生涯にわたって球技を豊かに実践する為の自己の課題に応じた運動の取り組みを工夫している。<br>c:球技の特性に応じてゲームを展開する為の作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につける。<br>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。 | 受講態度<br>技能テスト<br>レポート<br>ブレインストーミング |
| | 水泳 | 水泳 | ○ | ○ | ○ | ○ | a:水泳の楽しさや喜びを味わう事ができるよう、マナーやルールを大切にしようとすることや、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。<br>b:生涯にわたって水泳を豊かに実践する為の自己課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。<br>c:水泳の特性に応じた、効果的な泳法を身につけている。<br>d:技術の名称や使い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 | 受講態度<br>技能テスト<br>レポート |
| 3学期 | 球技 | バスケットボール<br>バドミントン<br>サッカー | ○ | ○ | ○ | ○ | a:球技の楽しさや喜びを味わうことが出来るよう、フェアプレーを大切にしようとする事、自己責任を果たそうとする事、作戦などについて話し合いに貢献しょうとする事や健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。<br>b:生涯にわたって球技を豊かに実践する為の自己の課題に応じた運動の取り組みを工夫している。<br>c:球技の特性に応じてゲームを展開する為の作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につける。<br>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。 | 受講態度<br>技能テスト<br>レポート |

※令和３年度以前入学生用

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 陸上競技 | 持久走 | ○ | ○ | ○ | ○ | a:陸上競技に主体的に取り組むとともに、勝敗等を冷静に判断し、マナーやルールを大切にしようとする。健康や安全を確保して主体的に取組む。<br>b: 生涯にわたって陸上競技を豊かに実践する為の自己課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。<br>c:自己に適したペースを維持して走っている。<br>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。 | 受講態度<br>技能テスト<br>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

※　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）について〇を付けている。