※令和４年度以降入学生用

学校番号	1004

令和５年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館）						
副教材等							

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・体力や筋力を高めていく
・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、達成感を味わわせていく
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べる・応援す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させていく

２　学習の到達目標

・運動の一般原則などの知識を踏まえて基本的な運動技能として発揮することができるようになる。
・自己の課題に応じた運動の取り組み方を思考・判断し、言語や動作で表現することができるようになる。
・運動の楽しさや喜びを主体的に味わおうとすることができる。

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 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している 記録や技能向上に挑戦たり、運動の合理的な実践を通して、勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための段階的な技能を身に付ける	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組を工夫できる。 運動を継続し、体力や技能向上をするための計画を考えることができる 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする 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 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付ける 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ態度がある。

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(a)	思(b)	主(c)
1学期前半　男女共通	集団行動　体つくり運動	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 新体力テスト	a：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。 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。 c：体つ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こと、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。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
1学期後半　男子①	陸上競技	陸上競技 短距離 跳躍	a：各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。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。 b：生涯にわたって各種目を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：各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
1学期後半　男子②	球技　ゴール型	ゴール型 バスケットボール	a：球技の特性に応じてゲームを展開するため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ている。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。 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。 c：球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
1学期後半　男子③	武道	武道 柔道	a：伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。武道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。 b:生涯にわたって柔道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：武道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、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすることや自己責任を果たそうとするなど、健康・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察

※令和４年度以降入学生用

1学期後半　女子	水泳	水泳 クロール	a:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 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:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなどや、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。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
2学期前半　男子	水泳	水泳 クロール	a:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 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:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなどや、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。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
2学期後半　男子①	陸上競技	陸上競技 短距離 ハードル	a:各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。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。 b:生涯にわたって各種目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:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
2学期後半　男子②	球技　ネット型　ゴール型	ネット型 バドミントン ゴール型 バスケットボール	a:球技の特性に応じてゲームを展開するため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ている。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。 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。 c:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察

※令和４年度以降入学生用

2学期後半 男子③	武道	武道 柔道	a:武道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:生涯にわたって柔道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:武道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、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすることや自己責任を果たそうとするなど、健康・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
2学期 女子①	陸上競技	陸上競技 短距離 ハードル 跳躍	a:各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。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。 b:生涯にわたって各種目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:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
2学期 女子②	球技 ネット型 ゴール型	ネット型 バドミントン ゴール型 バスケットボール	a:球技の特性に応じてゲームを展開するため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ている。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。 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。 c:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察
2学期 女子③	ダンス	ダンス 現代的なリズムのダンス 創作ダンス フォークダンス	a: 各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現が身につけている。技術やダンスの名称、用語、表現の仕方など、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:生涯にわたって各種目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:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート 創作発表	受講態度 観察

※令和４年度以降入学生用

3学期前半　男女共通	体育理論	人間にとって「動く」とは何か スポーツの始まりと返遷 文化としてのスポーツ オリンピックと国際理解 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ倫理	a:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、言ったり書きだしたりすることができる。 b:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 c:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。	テスト	レポート	受講態度 観察
3学期後半　男女共通	陸上競技	陸上競技 長距離走	a:各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。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。 b:生涯にわたって各種目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:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 技能テスト	技能観察 レポート	受講態度 観察

※　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