※令和４年度以降入学生用

学校番号	216

令和８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	２年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店出版）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館書店出版）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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、達成感を一緒に味わおう。
・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方を学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

２　学習の到達目標

（１）運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため､運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。
（２）生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
（３）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などの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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、運動観察の方法、交流や発表の仕方、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。スポーツの文化的特性、現代のスポーツの発展について理解している。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、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付ける。	運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。	各種目に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナー、フェアなプレーなどを大切にし、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや、健康・安全を確保すること。
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	体つくり運動（男女）	オリエンテーション 体ほぐしの運動 体力を高める運動	a:記録の向上や競争・勝敗及び自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、課題解決の方法、発表・競技会の仕方などを理解することができる。自己に適した技で演技したり、泳法の効率を高めて泳いだり、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開したり、得意技などを用いた攻防を展開したりすることができる。 b:生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 c:運動に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め相手を尊重し、ルールやマナー・フェアなプレイを大切にしようとすること、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることができる。	記録測定 スキルテスト フォームテスト	スキルテスト ゲーム レポート	受講態度の観察等
	球技（男女）	サッカー(男子) パス ドリブル リフティング グループ戦術 ゲーム ソフトボール(女子) キャッチボール　守備 バッティング ミニゲーム				
	器械運動（男女）	器械運動(男女共通) 前転（閉脚・開脚・伸膝） 後転（閉脚・開脚・伸膝） 側転　倒立前転 バランス技 等				
	水泳（女子）	水泳(女子) 背泳ぎ 平泳ぎ クロール 25m 50m				

※令和４年度以降入学生用

2学期	水泳（男子） 球技（男女） ダンス（女子）	水泳(男子) 背泳ぎ　平泳ぎ　クロール 25m　50m ラグビー(男子) パス　ランニングパス ミニゲーム バレーボール(男子) パス　レシーブ　サーブ スパイク　三段攻撃 ゲーム ハンドボール(女子) パス　ドリブル ジャンプシュート ダンス(女子) ステップ　表現　創作	a:感じを込めて踊ったり仲間と自由に踊ったり、記録の向上や競争・勝敗及び自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表・競技会の仕方などを理解することができる。泳法の効率を高めて泳いだり、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開したりすることができる。 b:生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 c:運動に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め相手を尊重し、ルールやフェアなプレイを大切にしようとすること、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることができる。	記録測定 スキルテスト 発表会	スキルテスト レポート 発表会	受講態度の観察等

※令和４年度以降入学生用

3学期	持久走 球技（男女）	持久走(男子) 20分間走 1500m走　3500m走 持久走(女子) 20分間走 1000m走　2100m走 ラグビー(男子) グループ戦術 ルール理解　ゲーム ハンドボール(女子) グループ戦術 ルール理解　ゲーム	a:記録の向上や競争及び事故や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、体力の高め方、課題解決の方法を理解するとともにペースの変化に対応して走ることができる。 b:生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 c:長距離走に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすること、役割を積極的に受け入れ自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどができる。	記録測定	レポート	受講態度の観察
	体育理論	・スポーツの始まりと変遷 ・文化としてのスポーツ ・オリンピックと 　パラリンピックの意義 ・スポーツが経済に及ぼす 　効果 ・スポーツの高潔さと 　ドーピング ・スポーツと環境	a:オリンピックやパラリンピックが国際親善や世界平和に大きな役割を果たしていること、現代のスポーツの経済効果やドーピングについて理解することができる。 b:スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツ意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見している。 c:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に主体的に取り組むことができる。	受講態度の観察等 保健ノート	受講態度の観察等 保健ノート	受講態度の観察

※　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