※令和４年度以降入学生用

学校番号	102

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育女子	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	「現代高等保健体育」　（大修館書店）						
副教材等	「現代高等保健体育ノート」（大修館書店）						

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

・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。
・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取り組み方を思考し工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を身に付ける。
・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、運動に親しもうとする態度を養う。

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	運動の合理的、計画的な実践を通して、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、それらの技能が身に付いているか。 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとのかかわり方について理解しているか。	生涯にわたって運動を豊かに継続するために自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、取り組み方を思考し工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力が身に付いているか。	運動における競争や協働の経験を通して、公正、協力、責任、参画、自他の技能を客観的に判断する、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、運動に親しもうとする態度があるか。
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	スポーツテスト	新体力テスト	a: 技能向上に挑戦しているか。特性に応じた合理的な動きを身につけているか。	新体力テスト得点		
	集団行動	集団行動	a: 能率的な行動の仕方を身につけているか。 b: 能率的で安全な集団としての行動の仕方を身につけているか。 c: 役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たし、互いに高め合おうとしているか。	技能の観察	グループ発表	受講態度の観察
	体つくり運動	体ほぐしの運動 ラジオ体操	a：運動の多様性や体力の必要性について理解出来ているか b ：課題に応じた運動の取り組み方を思考し工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝える力が身に付いているか。 C:運動に親しもうとする態度があるか。	技能の観察	グループ発表	受講態度の観察
	器械運動	マット運動	a：合理的な動きを身に付けているか。 b：課題に応じた運動の取り組み方を思考し工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝える力が身に付いているか。 C：健康や安全を確保して、主体的に取り組もうとしているか。	技能の観察	観察および発表	受講態度の観察
	水泳	クロール 平泳ぎ	a：合理的な動きを身につけているか。 b：課題に応じた運動の取り組み方を思考し工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝える力が身に付いているか。 C：健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしているか。	技能の観察	観察および発表	受講態度の観察

※令和４年度以降入学生用

2	ダンス	現代的なリズムのダンス	a: 技術やダンスの名称、用語、表現の仕方など、技能の高め方、技能観察の方法を理解しているか。 b: 特性に応じた、演技特有の技能やイメージを深めた表現が身についているか。仲間と協力し、作品を完成させて発表することが出来ているか。 c: ダンスの楽しさや喜びを味わうことができるように互いを認めあうこと、よい演技を讃えようとすること、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か。	技能の観察	発表	受講態度の観察 レポート
	バレーボール	バレーボール	a: 合理的な動きを身につけているか。 b：課題に応じた運動の取り組み方を思考し工夫できているか。 c: 健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしているか。	技能の観察	グループ課題の観察	受講態度の観察 レポート
	サッカー	サッカー	a: 合理的な動きを身につけているか。 b: 課題の解決に向けて思考し判断できているか。 c: 健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしているか。	技能の観察	観察および発表	受講態度の観察
	陸上競技	ハードル走 投てき(やり投げ)	a: 合理的な動きを身につけているか。 b：課題に応じた運動の取り組み方を思考し工夫できているか。 c: 健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしているか。	測定		受講態度の観察 レポート
3	陸上競技	持久走	a：合理的な動きを身につけているか。 b：課題に応じた運動の取り組み方を思考し工夫できているか。 C：健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしているか。	計測	レポート	受講態度の観察 レポート

※令和４年度以降入学生用

	体育理論	体育理論 スポーツの発祥と発展	a: 運動の多様性や体力の必要性について理解できているか b: 課題に応じた取り組み方を思考し工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力が身に付いているか。 c:主体的に取り組む態度が身についているか。	小テスト	レポート 課題	受講態度の観察 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