学校番号	T3015

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	１年次
使用教科書	「現代高等保健体育　改訂版」（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・心と体を一体としてとらえ、各種の運動の取り組み方を工夫し、能力に応じた体力の向上をはかる。
・運動の楽しさや喜びを深く味わう。
・公正・協力・責任・参画などの社会的態度を身に付ける。
・生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続できるようにする。

2　学習の到達目標

・各種の運動において、基礎的・基本的な技能の習得に取り組み、技能の定着をめざす。
・各種の運動の特性やルールの理解を通じて、運動への興味、関心を高める。
・試合を通じて仲間と協力し、互いを尊重しあう心を育てる。

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	・生涯にわたって運動を豊かに継続するために、運動の多様性などを理解している。 ・種目の特性に応じた攻防の展開の仕方を理解している。 ・体力の必要性について理解しているとともに、多様な運動の技能を身に付けている。	・他者と対話しながら、合理的に運動を行うことができるよう、考えている。 ・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し、伝えている。 ・自己の考えを他者に伝えたり、他者の考えを聞き入れたりし、表現している。	・生涯にわたって運動を継続するための態度を養っているとともに、運動の楽しさや喜びを深く味わおうとしている。 ・運動に対して公正に取り組み、互いに協力することができる。また、自己の責任を果たし、参画する態度を身に付けている。 ・他者の考えを尊重し、主体的に学習に取り組むことができている。

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。

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)
前期	新体力テスト	新体力テスト	a:運動の行い方を理解している。他者と対話しながら運動を行い、測定方法についての技能を身に付けている。 c:互いに協力して、記録の向上に取り組もうとしている。	観察 ワークシート		観察 ワークシート
	陸上競技	短距離走 跳躍種目	a:陸上競技の特性に応じた運動の行い方や、技能向上の合理的な方法を理解している。また、短距離走、跳躍の技能を身に付けている。 b:記録を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にし、他者と対話する中で、合理的な運動の行い方を表現している。 c:陸上競技の楽しさを深く味わおうとし、自己や仲間の運動を観察し、技能の向上に主体的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート

	球技	ゴール型 ネット型 ベースボール型	a:各種目の特性に応じた技能や、ゲームの展開の方法を理解している。また、各種目についての技能を身に付けている。 b:各種の運動において、他者と対話する中で、合理的な運動の行い方を表現している。 c:球技の楽しさを深く味わおうとし、ゲームの勝敗を受け止め、仲間を尊重し、主体的に取り組もうとしている。	観察	観察	観察
	体育理論	スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展	a:スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展について理解している。 b:他者と対話しながら、発言したり、記述したりして、表現している。 c:現代スポーツの発展等についての学習に主体的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート
後期	球技もしくはダンス	球技 ゴール型 ネット型 ベースボール型 ダンス リズムダンス	a:各種の運動の特性に応じた技能や、ゲームの展開の方法、ダンスの演技を理解している。また、各種の運動についての技能を身に付けている。 b:各種の運動において、他者と対話する中で、合理的な運動の行い方を表現している。 c:各種の運動の楽しさを深く味わおうとし、ゲームの勝敗や演技の構成を受け止め、仲間を尊重し、主体的に学習に取り組んでいる。	観察	観察	観察

	陸上競技	長距離走	a: 陸上競技の特性に応じた運動の行い方を理解している。また、体力の向上の方法を身に付けている。 b:記録を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にし、他者と対話する中で、合理的な運動の行い方を表現している。 c:陸上競技の楽しさを深く味わおうとし、自己や仲間の運動を観察し、技能の向上に主体的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート
	体育理論	運動やスポーツの効果的な学習の仕方	a:運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、理解している。 b:他者と対話しながら、発言したり、記述したりして、表現している。 c: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、主体的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート
通年	体つくり運動	体ほぐしの運動 実生活に生かす運動の計画	a:運動を継続して行うことの意義や体の構造、運動の原則などを理解している。また、それらの技能を身に付けている。 b:他者と対話しながら、合理的に運動を行い、表現している。 c:体つくり運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、主体的に取り組んでいる。	観察	観察	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