学校番号	1006

令和８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	Active Sports ［総合版］（大修館書店）						
副教材等	なし						

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

(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、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身に付けている。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できる。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組を工夫できる。 運動を継続したり、体力や技能向上をしたり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。記録や技能向上に挑戦できる。	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もうとする。

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)
1学期	集団行動・体つくり運動(男女)・体育理論(男女)	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体つくり運動(体ほぐしの運動・体力を高める運動) スポーツの発祥と発展	a:３年間行う「ラジオ体操」を習得する。継続する意義、体の構造、ライフステージにおける運動の役割や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。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察
	陸上競技(男女)	陸上競技 短距離走・跳躍種目	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、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察

	水泳(女子)	水泳 クロール 平泳ぎ	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、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察
	球技(女子)	ネット型:バレーボール	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	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察

	武道(男子)	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。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察
2学期	陸上競技(女子)	陸上競技 短距離走・跳躍種目	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、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察

	球技(男女)	男子 ゴール型:ハンドボール ネット型:バドミントン 女子 ゴール型:バスケットボール サッカー	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。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察
	水泳(男子)	水泳(男子) クロール 平泳ぎ	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、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察

	武道(男子)	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。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察
	陸上競技(男女)	陸上競技 長距離走	a:自分との闘いのなかで、身体的および精神的な持久力を向上させる。 b:目標（ゴール）に向けてペース配分しながら走ることができ、友人と競ったり、自分の記録を更新したりする喜び、ゴール後の達成感を味わうことができる。 c:マラソンや駅伝などのテレビ中継を観戦しながら、自分のペースと比較することもできる。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察
3学期	球技(男子)	男子 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。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察

	陸上競技(男女)	陸上競技 長距離走	a:自分との闘いのなかで、身体的および精神的な持久力を向上させる。 b:目標（ゴール）に向けてペース配分しながら走ることができ、友人と競ったり、自分の記録を更新したりする喜び、ゴール後の達成感を味わうことができる。 c:マラソンや駅伝などのテレビ中継を観戦しながら、自分のペースと比較することもできる。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察
通年	ダンス(女子)	ダンス 基本ステップ 創作ダンス リズムダンス	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を身につけている。技術やダンスの名称や用語、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、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察	受講態度の観察 レポート 技能観察

※　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