※令和４年度以降入学生用

学校番号	406

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	２年次
使用教科書	現代高等保健体育（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

・集団行動や各種目を通じて、運動の技能の名称やゲームの行い方、体力の高め方や健康・安全の確保の仕方について理解し、各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付けるようにする。
・自分や他の人の運動の様子を観察、分析し、運動技能、体力、筋力を高めるためにどうすればよいかを考え、判断できるようになる。
・運動の楽しさや喜びを味わうために、自ら進んで運動に取り組むことができる。

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ゲーム・テストの行い方、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。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。仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	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。 体力や技能向上をするための計画を考えたり、互いに学んだことを教え合ったりすることができる。	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。

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	集団行動　体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 福泉体操 体ほぐしの運動 体力を高める運動 新体力テスト	a:運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、ルールやマナーを守る、積極的に参加するなど、学習に自主的に取り組もうとしている。 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: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。	実技テスト ルール テスト	ワーク シート グループ ノート	授業中 の様子 アンケート 感想プリント
	水泳	水泳 平泳ぎ クロール	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができる。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、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。 b: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、事故防止の観点、運動観察の方法を理解している。			

※令和４年度以降入学生用

2学期	陸上競技	陸上競技 短距離走 投てき種目	a: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。 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。	実技テスト ルール テスト	ワーク シート グループ ノート	授業中 の様子 アンケート 感想プリント
	球技 ゴール型	ゴール型 サッカー	a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、ルールやマナーを守り、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 b:自己の課題に応じた運動の取り組み方について考え工夫して練習している。 c:各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、ゲームを実施するためのルールや審判の方法などを理解している。			
3学期	陸上競技	陸上競技 長距離走	a:種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう自分の能力について適切に把握する。ケガの予防に努め、健康・安全を確保し、積極的に取り組もうとしている。 b:自己の能力に応じ、タイム向上に向けて工夫して練習に取り組む。互いの良さを認め合い、タイムを伸ばそうとしている。 c:自分の記録を伸ばすために積極的に参加している。単元の終わりにかけて記録が向上している。体力の高め方や運動の行い方、事故防止の観点、運動観察の方法を理解している。			

※令和４年度以降入学生用

通年	ダンス	ダンス 現代的なリズムのダンス 創作ダンス	a: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: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:ダンスの楽しさや喜びを味わうことができるように、マナーやルールを大切にしようとする、互いの良さを認めあい、自主的に取り組もうとしている。	実技テスト ルール テスト	ワーク シート グループ ノート	授業中 の様子 アンケート 感想プリント
	体育理論	運動・スポーツの文化的特徴 人間にとって「動く」とは何か スポーツの始まりと変遷 スポーツ文化の楽しみ方 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、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。 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、言ったり書きだしたりしている。	小テスト	ワーク シート 発表	授業中 の様子 アンケート 感想プリント

※　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