※令和４年度以降入学生用

学校番号	T0315

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	「最新高等保健体育[改訂版]」　（大修館書店出版）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・整列し挨拶で始まり、挨拶で終わる。集団行動を通し他者理解を深め、コミュニケーションをとり、協力して取り組むこと。
・授業（実技）に積極的に参加し、仲間とともに運動の楽しさ、喜びを味わうこと。
・自らの運動能力にあった課題を見つけ、安全に注意しながら取り組むこと。

2　学習の到達目標

【知識・技能】
・各種運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
【思考・判断・表現】
・体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育てる。
【学びに向かう力、人間性等】
・生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を運動場面だけでなく日常生活で生かせるよう、ライフステージと健康について知識や理解を深めるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り適切に判断する能力を養う。

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、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しているとともに、それらの技能を身に付けている。	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思考し判断するとともに、自己や仲間の伝えたことを他者に伝えている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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、一人ひとりの違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保している。

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。

※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 新体力テスト	a: 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。 b:自己の体力の程度を把握・分析し、実生活において、自らのねらいに応じて、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継続的な運動の計画を設定している。 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。	観察 パフォーマンス課題	観察 学習カード	観察
	球技	バレーボール(ネット型) サッカー(ゴール型)	a:技術などの名称や行い方、試合の仕方、状況に応じたボール操作と安定した用具の操作を理解している。 b:チームや自己の課題を発見し、自分で考えたことを他者に伝え、個人やチームの技能に応じて戦術、作戦を重視した攻防を展開している。 c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレー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し合いに貢献しようすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	観察 パフォーマンス課題	観察 学習カード	観察

※令和４年度以降入学生用

２学期	球技	タグラグビー(ゴール型) キックベース（ベースボール型) バドミントン(ネット型)	a:技術などの名称や行い方、試合の仕方、状況に応じたボール操作と安定した用具の操作を理解している。 b:チームや自己の課題を発見し、自分で考えたことを他者に伝え、個人やチームの技能に応じて戦術、作戦を重視した攻防を展開している。 c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレー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し合いに貢献しようすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	観察 パフォーマンス課題	観察 学習カード	観察
	球技	バスケットボール(ゴール型)	a:用いられる技術の名称や行い方、試合の仕方、使用する道具等の名称について理解し、安定したボール操作と空間を作り出す動きによってゴール前への侵入などから攻防することができる。 b:攻防などのチームや自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間が考えたことを他者に伝えたり、連携した動きによって、空いた空間を攻めたりしている。 c: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレー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し合いに貢献しようすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	観察 パフォーマンス課題	観察 学習カード	観察

※令和４年度以降入学生用

	陸上競技	ハードル走	a:ハードルを低く素早く越えながらインターバルをリズミカルにスピードを維持して走り、タイムを短縮したり、競争したりしている。 b:陸上競技の特性を踏まえて、動きなどの改善点についてのポイントを発見したり、仲間との関わり合いや健康・安全についての自己や仲間の取り組み方などの課題を発見したりしている。 c: 陸上競技に自主的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとし、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。	観察 パフォーマンス課題	観察 学習カード	観察
3学期	体育理論	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	a:近年では我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることについて，理解したことを言ったり書いたりしている。 ・現代のスポーツは国際親善や世界平和に大きな役割を果たしており、その代表的なものにオリンピックやパラリンピック等の国際大会があることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 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の意義や価値について，事実や理念を整理したり、自己のスポーツへの関わりを見いだしたりして、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スポーツの発展についての学習に主体的に取り組もうとしている。	観察 授業プリント	観察 授業プリント	観察

※令和４年度以降入学生用

	陸上競技	長距離走	a: 目標を達成するペース配分を自己の体力や技能の程度に合わせて設定し、そのペースに応じたスピードを維持して走ることができる。 b: 生涯にわたって走ること（持久走）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するとともに考えたことを言語や文章などで表現している。 c: 陸上競技に自主的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にし、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとししている。	観察 パフォーマンス課題	観察 学習カード パフォーマンス課題	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