学校番号	１０１５

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	(学)保健体育理論Ⅱ	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	現代高等保健体育（大修館書店）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

保健体育理論Ⅰで学んだことを活かし、体力の維持向上や健康の維持増進について自ら実践するとともに、学び実践していることを各種の方法にて周囲の人々や世の中に発信します。

2　学習の到達目標

・保健体育理論Ⅰよりも生涯を通してスポーツに親しむために多様な角度から考えさせる。
・保健体育理論Ⅰよりもウェイトトレーニングを導入して基本的な体づくりを行い、健康の保持増進のために安全に楽しみながら学習することが出来るようになる。
・保健体育理論Ⅰよりもスポーツや体つくりを通じて、他者とのかかわり方などを学び人生を豊かにしていく

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	スポーツ健康に関する深い知識や指導技能を高めるとともに常に安全・効果的な運動をする能力と協力して問題を解決する能力が身についている	課題を実践するにあたっての段取り、準備を綿密に行い、協調性､公平性をもって真面目に課題に取り組み､集中かつ向上心を持って取り組む態度が身についている	各種の課題を主体的かつ積極的にこなし､課題（特に実技実践時間）を十分にこなしているか、主体的に取り組むための準備を行い、向上心を持って取り組む

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	理論①	保健体育理論Ⅰで学んだ内容の復習 保健体育指導法の理解	a:基本的なトレーニングや安全で効果的な健康づくりについて理解している b:指導に対する考え方を理解している c:課された課題について主体的かつ、積極的に取り組んでいる	提出物 実践内容	提出物 実践内容	提出物 実践内容
	実技	保健体育理論Ⅰで学んだ内容の実践 健康づくり、スポーツの実践指導	a:健康づくり、トレーニングの基礎技能ができている。指導技能の能力が身についている b:新たなことを工夫して向上させている c:実技に積極的に参加している	提出物 実践内容	提出物 実践内容	提出物 実践内容
2学期	理論②	集団対する実践指導方法	a:指導法のポイントや基礎技能を理解している b:指導法に対する考え方を理解している c: 課された課題について主体的かつ、積極的に取り組んでいる	提出物 実践内容	提出物 実践内容	提出物 実践内容
	実技②	集団に対する実践指導の実際	a:健康づくり、トレーニングの基礎技能ができている。 b:新たなことを工夫して向上させている c:実技に積極的に参加している	提出物 実践内容	提出物 実践内容	提出物 実践内容
3学期	理論③	指導法のまとめ	a:指導法のポイントや基礎技能を理解している b:指導法に対する考え方を理解している c: 課された課題について主体的かつ、積極的に取り組んでいる	提出物 実践内容	提出物 実践内容	提出物 実践内容

	実技③	実践指導の発表まとめ	a:実践指導の能力と学んだことや実践したことが身についている b:実践指導における考え方を理解している c: 実技に積極的に参加している	提出物 実践内容	提出物 実践内容	提出物 実践内容

※　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