学校番号	1015

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	現代高等保健体育　（大修館出版）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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

・運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動するとともに、公正、協力、責任や健康、安全に留意する態度を身に付ける。
・自己やグループの能力と運動の特性に応じた課題の解決を目指して、活動の仕方を考え工夫する力を身に付ける。
・各種の運動技能や体力を高めるための運動の合理的な行い方を身に付け、運動の技能や体力を向上させる。
・ 現代社会におけるスポーツの意義や必要性を理解し、豊かなスポーツライフを実現するための知識や方法を身に付ける。

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。 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ようにする。	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。 運動を継続し、体力や技能向上を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。	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ようにする。 公正・協力・責任・参画などの態度を身に付けようにする。

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	・オリエンテーション ・集団行動 ・ラジオ体操 ・体ほぐしの運動 ・新体力テスト ・体力を高める運動	a: 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主体的に取り組もうとしている。	技能観察	レポート	態度観察
	陸上・ダンス・水泳（女子） 器械体操・武道（男子）	・陸上競技 　短距離走 ・ダンス 　創作ダンス 　リズムダンス ・水泳 　クロール ・武道(柔道) ・器械体操 　接転技 　ほん転技 　発展技 演技構成	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、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。 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、主体的に取り組もうとしている。	技能観察	グループノート 振り返りシート	態度観察

2学期	ソフトボール・バレーボール・ダンス(女子)　水泳・ハンドボール・武道(男子)	・ソフトボール ・バレーボール ・ダンス 　創作ダンス 　リズムダンス ・体育理論 ・水泳 　クロール ・ハンドボール ・武道(柔道)	a:各種目の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付け、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。 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、主体的に取り組もうとしている。	技能観察	グループ ノート プリント 振り返り シート	態度観察
3学期	陸上競技	・体育理論 ・陸上競技 　長距離走	a:運動の特性に応じた、イメージを深めた表現が身につけており、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:自身の身体能力を知り、生涯にわたって運動を豊かに実践するための自己の課題に応じた持久力向上の方法を工夫している。 c:楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、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など、健康や安全を確保して、主体的に取り組もうとしている。	記録結果	記録分析 プリント レポート	態度観察

※　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