| 学校番号 | 105 |
|---|---|

# 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 | 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 | アクティブスポーツ（大修館書店） | | | | | | |

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに、健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識しよう。
・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。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
各種目において技能の名称など、運動の知識とともに技能を習得しようとしている。
【思考力、判断力、表現力等】
各種目において、自己や仲間の課題を発見し、工夫して取り組んでいる。
【学びに向かう力、人間性等】
各種目において、主体的、合理的、計画的に取り組んでいる。

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。<br>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している。 | 知識を活用し、技能向上につなげる。<br>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。<br>運動の継続や、体力、技能向上をするための計画を考えることができる。<br>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。<br>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。<br>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。<br>公正・協力・責任・参画などの態度を身につける。 |

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。

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(男子)武道・陸上競技・ソフトボール・バレーボール(女子)ダンス・ハンドボール・陸上・水泳体育理論 | 武道(柔道)<br>ダンス(創作ダンス)<br>集団行動<br>体つくり運動<br>陸上競技(男子)<br>跳躍種目<br>陸上競技(女子)<br>投てき種目<br>バレーボール(男子)<br>ハンドボール(女子)<br>ソフトボール(男子)<br>水泳(女子)<br>背泳ぎ・クロール・平泳ぎ<br>体育理論 | a: スポーツの歴史や特性について理解を深めている。ルールの理解している。<br>b: 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し，自己の課題に応じた取り組み方を工夫している。<br>C: ねらいに応じて，体の柔らかさ，巧みな動き，力強い動き，動きを持続する能力を高めるための運動などを実践できているか。<br>c: 各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように記録を冷静に受け止め、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、各種目において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。 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 |
| 2学期 | (男子)水泳・武道・球技(女子)ダンス・球技・陸上体育理論 | 水泳(男子) 背泳ぎ・クロール・平泳ぎ<br>武道(柔道)<br>ダンス(創作ダンス)<br>球技(女子)<br>ハンドボール<br>バスケットボール<br>タグラグビー<br>球技(男子) サッカー バスケットボール<br>陸上競技(女子) 跳躍種目 | a: スポーツの歴史や特性について理解を深めている。ルールの理解している。<br>b: 生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し，自己の課題に応じた取り組み方を工夫している。<br>C: ねらいに応じて，体の柔らかさ，巧みな動き，力強い動き，動きを持続する能力を高めるための運動などを実践できているか。<br>c: 各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように記録を冷静に受け止め、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、各種目において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。 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 3学期 | 武道（男子）ダンス（女子）陸上競技（男子・女 | 武道(柔道)<br>ダンス(創作ダンス)<br>陸上競技<br>30 分完走(男子・女子) 4 Km 走(女子) 5Km 走(男子) | a: 30 分完走、距離走での自己達成感や自己を高めようとする追い込み、行動を積極的に行っている技術やダンスの名称を理解し表現できている。<br>b: 創作ダンスにおいて、自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい, 表現や踊りを身に付けて発表会に向けて取組んでいる。<br>c: 創作ダンスは交流や発表の仕方には, 簡単な作品の見せ合いなどがあり, 全員で交流し合う方法があること。柔道においては試合形式を自主運営して、礼節をわきまえ互いを評価しあうことができる。 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 | 観察<br>ワークシート<br>パフォーマンス課題 |

※　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