※令和４年度以降入学生用

学校番号	404

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育科	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）						

1　担当者からのメッセージ

・集団行動や各種目の実践を通して、基礎・基本的な運動の技能・体力や筋力を向上させよう。
・自他の運動を観察、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・知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するとともに、それらの技能を身に付ける。
・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、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
・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、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲や健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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	体の動かし方や用具の操作方法などの具体的な知識と運動の実践や生涯スポーツにつながる概念や法則などの汎用的な知識を理解するとともに、基本的な技能や動きを身に付け、記録や技に挑戦したり、試合や発表をしたり、運動やスポーツの多様な関わり方を場面に応じて選択し実践したりする技能を身に付けている。	自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。	健康・安全を確保し、自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする態度、勝敗などを冷静に受け止め，ルールやマナーを大切にしようとする態度、互いに助け合い教え合うなど自己の責任を果たそうとする態度である。

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・2学期	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	a：集団行動、およびラジオ体操の方法を理解し実践することができる。 b：仲間との関わり合いの中で、互いの課題を指摘し合い、ねらいに応じて運動の取り組み方を工夫することができる。 c：自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとすることや、健康・安全を確保することができる。	実技テスト レポート	技術の活用及び応用 レポート	授業態度
	体育理論	スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	a：スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解することができる。 b：スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。 c：スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組むことができる。	レポート	レポート 発表	授業態度
	陸上競技	短距離走・リレー	a：中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることやバトンの受渡しで次走者のスピードを十分高めることができる。 b：動きなどの自己や仲間の課題を発見し、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,自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c：自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすることや、健康・安全を確保することができる。	実技テスト	技術の活用及び応用 レポート	授業態度

※令和４年度以降入学生用

	球技	男子:バドミントン 女子:バドミントン バスケットボール	a:安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができる。また、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる攻防をすることができる。 b: 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。 c: 球技に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすることや、健康・安全を確保することができる。	実技テスト	技術の活用及び応用レポート	授業態度
	器械運動（女子）	マット運動	a:回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、 条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができる。 b: 技などの自己や仲間の課題を発見し、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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c: 自主的に取り組むとともに、よい演技を讃たたえようとすること、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしよ うとすることなどや、健康・安全を確保することができる。	実技テスト	技術の活用及び応用レポート	授業態度
	水泳	クロール	a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。 b: 自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。 c:勝敗などを冷静に受けとめ、ルールやマナーを大切にし、事故防止に関する心得を遵守しようとしている。	実技テスト	技術の活用及び応用レポート	授業態度

※令和４年度以降入学生用

	武道(男子)	柔道	a: 技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができる。 b: 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c: 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、健康・安全を確保することができる。	実技テスト レポート	技術の活用及び応用 レポート	授業態度
3学期	陸上競技	長距離走	a: 体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮することができる。 b: 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ことができる。 c: 勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすることができる。	実技テスト ポートフォリオ	技術の活用及び応用 レポート	授業態度
	球技	女子:卓球	a:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 b:自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。 c:自主的に取り組むとともにフェアプレイを大切にしようとしている。	実技テスト	技術の活用及び応用 レポート	授業態度

※令和４年度以降入学生用

	武道(男子)	柔道	a: 技を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、伝統的な考え方、 技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて攻防を展開することができる。 b: 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、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、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c: 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、健康・安全を確保することができる。	実技テスト	技術の活用及び応用 レポート	授業態度

※　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