※令和４年度以降入学生用

学校番号	1010

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	なし						
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

・心と体を一体として捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的・計画的な実践を通して運動を習慣化する。
・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。
・運動における競争や協働の経験を通して、自己の責任を果たすことや公正に取り組む姿勢を育むとともに、互いの違いを認め合い自他を大切にするといった社会性を身につける。

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継続することができるようにする。運動の多様性や体力の必要性についても理解するとともに、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。自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。他者とのコミュニケーションを円滑に行えるよう、言動に気を配れるようになる。	運動場面における競争や協働の経験を通し、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するなどの意欲を育てる。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。それぞれの役割を理解した上で、取り組む姿勢を学ぶ。

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 体育理論	体育理論 オリエンテーション 集団行動 体ほぐしの運動 新体力テスト	a:集団行動の意義、方向転換や行進などのやり方を理解している。 周りに合わせて方向転換や行進などができる。 b:グループ課題でのグループや個人の課題を発見し、練習方法や発表内容を工夫するとともに、他社とコミュニケーションが取れている。 c:集団行動を実施する上で、規律を守る大切さを理解し、素早く行動し、取り組もうとしている。グループでの役割を理解し、調和のとれたグループ活動を行おうとしている。	受講態度の観察 技能観察 記録測定 技能テスト	受講態度の観察 技能観察 振り返りシート	受講態度の観察 技能観察 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

	水泳（(女子)　体育理論　武道（(男子)	水泳 クロール 体育理論 水泳オリエンテーション 武道(柔道)	a:自分の身を守るためにも、受け身の方法を理解している。 b:生涯にわたって柔道を実践するために自己の課題や取り組み方を工夫している。また、それを他者と共有し、お互いに言及している。 c:相手を尊重し、伝統的な礼儀作法を大切にする。自己責任を果たし、健康・安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 技能観察 記録測定 技能テスト	受講態度の観察 技能観察 記録測定	受講態度の観察 技能観察
2学期	ダンス（(女子)　水泳（男子）体育理論　武道（男子）	ダンス リズムダンス 創作ダンス 水泳 クロール 体育理論 水泳オリエンテーション 武道(柔道)	a:水泳の技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 水泳の特性に応じた、効率的な泳法ができる。正しい姿勢で泳ぎ続けることができる。 b:生涯にわたって水泳を実践するため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。他者とコミュニケーションをとり、技術の改善に言及している。 c:マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たすことなどの他にも、水泳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。	受講態度の観察 技能観察 記録測定 技能テスト 発表	受講態度の観察 技能観察 振り返りシート	受講態度の観察 技能観察 振り返りシート

※令和４年度以降入学生用

	球技　ネット型(（女子）　ゴール型(（男子）　陸上競技(男女)	ネット型 　バレーボール ゴール型 　ラグビー	a:種目特性の理解と技能を過大に応じて身につけることができる。 　ラグビーを通してフェアプレーの大切さが理解できている。 b:他者の技術を分析し、自らのフィードバックにつなげることができる。また、他者にそれを伝えることができる。 c:各競技のマナーやルールを理解し、積極的な姿勢で取り組むことができる。記録や大戦（勝敗）に挑戦することの楽しさを見出すことができる。	受講態度の観察 技能観察 記録測定 技能テスト	受講態度の観察 技能観察 振り返りシート	受講態度の観察 技能観察 振り返りシート
3学期	陸上競技((男女)　体育理論　球技　ゴール型	陸上競技 　長距離走 体育理論 　個人の体力に応じた長距離走のラップとペース ゴール型 　バスケットボール(女子)	a:持久走の特性に応じた、フォームやペース配分などを理解している。またそれらの技能を身に付けている。 b:生涯にわたって持久走を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:自己の現段階の体力を受け止めながら体力向上に努め、取り組もうとしている。	受講態度の観察 技能観察 記録測定	受講態度の観察 技能観察 振り返りシート	受講態度の観察 技能観察 振り返りシート

※　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