学校番号	T1206

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育科	科目	ライフスポーツ２	単位数	２単位	年次	４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）

さまざまなスポーツ種目の実践を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、生涯に渡って出来るスポーツを考えてみよう。
運動の意義やからだの仕組み、トレーニングについての基礎知識を習得し、実践できるようになろう。

2　学習の到達目標

体育飲み方・考え方を働かせ、課題を発見し、生涯にわたって運動を継続するとともに、事故の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

1）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味わい、その多様性や体力の必要性について理解し、それらの技能を身につける。
2）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、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身につける。
3）運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組み、互いに協力するなどの意欲を育てるとともに、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	各種の運動の合理的な実践を通して、基礎技術と基本的なルールを身につける。 習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できるようになる。 運動の意義やからだの仕組み、トレーニングについての基礎知識を身につけている。	各種の運動の練習方法やゲーム内での作戦などを工夫して考えられるようになる。 運動やトレーニングなどを実践する習慣を身につけることの重要性について表現できる。 筋力トレーニングのプログラムを作成し実践することができるようになる。	練習の改善点やゲーム内での反省など、互いに話し合おうとしている。 フェアなプレイを大切にし、安全に配慮しようとしている。 運動用具の準備、片付けなどを率先しようとしている。

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)
前期	球技	バドミントン	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
		卓球	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
	運動の意義	運動の意義 からだの仕組み トレーニング	a:運動の意義、トレーニングの基礎知識について理解している。 b:運動の意義を踏まえ、自他や社会の課題を発見し、その解決の方法を表現することができる c: からだの仕組みを理解した上で、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組むことができる。	レポート 筆記テスト	レポート 筆記テスト	授業態度
	球技	ソフトボール	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度

後期	球技	テニス	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
		バレーボール	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
		フットサル	a:基礎技術と基本的なルールを身につけている。 b:習得した基礎技術をゲームなどの実践で発揮できる。 c:練習の改善点やゲーム内での反省などを仲間と話し合うことができる。フェアなプレイを大切にし、安全に配慮することができる。	レポート 実技テスト	レポート 授業態度	授業態度
	トレーニング理論	トレーニング理論 トレーニングプログラム作成 トレーニング実践	a:運動やトレーニングの意義を理解し、基本的な知識を身につけている。 b:自身の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し、判断することができる。 c:安全に配慮しながら主体的に取り組むことができる。	レポート 筆記テスト	レポート 筆記テスト	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