学校番号	1009

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２単位	年次	１年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館）						

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、それらの技術を身に付けるようにする。
・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、計画的な解決にむ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	記録や技能向上に挑戦する。 運動の合理的な実践を通して、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。 種目特性に応じて技術を身に着けたり、作戦を立て攻防を展開したり、仲間と適切な関係を築き、課題解決を目指して取り組むことで運動のもつ特性や魅力に深く触れる。	知識を活用し、課題を発見し自らが考えたことを他者に伝えることができる。 自己や仲間の課題に応じた課題や練習方法について伝えることができる。 運動の特性、仲間との関わり方、健康・安全の確保などの課題において合理的、計画的に解決することができる。	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自主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。 互いに助け合い教えあおうとする力や事故の責任を果たそうとするなど、公正・協力・責任・参画・共生などの態度を身に付ける。

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)
4月～9月	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 体力を高める運動	a：運動を継続する意義、体の構造、実生活への取り入れ方などを理解している。 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自主的に取り組み互いに助け合い教え合おうとしている。	ノート	レポート	受講態度の観察
	陸上競技　器械体操(女子)	陸上競技 　短距離走 器械体操 　接転技 　ほん転技 　発展技 演技構成	a：短距離走・リレーでは中間走へのつなぎを滑らかにし、スピードを維持し速く走る技能を身につける。 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、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 ノート	レポート	受講態度の観察

	水泳	水泳 クロール	a：水泳の特性に応じた、安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりする効率的な泳法を身に付けている。 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。 b：生涯にわたって水泳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：水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように記録の向上や勝敗を冷静に受け止め、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、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。	技能観察 ノート	レポート	受講態度の観察
	武道(男子)	武道(柔道)	a：武道の特性に応じた、基本動作から連絡技を用いて、攻防を展開するための得意技を身に付けている。 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、運動観察の方法を理解している。 b：生涯にわたって柔道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：武道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、自主的に取り組もうとしている。	技能観察	技能観察・受講態度の観察	受講態度の観察

	体育理論	現代社会とスポーツ 競技スポーツの意義 スポーツの社会的役割 スポーツの始まりと変遷 スポーツと国際理解 ライフステージとスポーツ 文化としての・スポーツの関わり方 地域におけるスポーツライフ スポーツ倫理	a: スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、言ったり書きだしたりしている。 b: スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 c: スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。	体育理論のテストノート	レポート	受講態度の観察
10月～2月	陸上競技 球技 ネット型 ゴール型	陸上競技 投てき 跳躍種目 ネット型 ソフトバレーボール ゴール型 バスケットボール ハンドボール	a: 球技の特性に応じて状況に応じたボール操作やゲームを展開するための作戦に応じた技能を身につけている。 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: 生涯にわたって球技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:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察ノート	レポート	受講態度の観察

	陸上競技	陸上競技 長距離走	a:自己に適したペースを維持し走ること技術を身につけている。 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互いの違いや良さを認めあうこと、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。	技能観察 ノート	レポート	受講態度の観察

※　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