| 学校番号 | 323 |
|---|---|

# 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年次男子 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 使用教科書 | 「新高等保健体育　改訂版」（大修館出版） | | | | | | |
| 副教材等 | | | | | | | |

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにしよう。
・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、公正・協力・責任などの態度を身につけよう。
・体育の授業を通して、運動への関わり方「する・みる・支える・調べる」などの方法を学び、自分にあったスポーツライフを考えていこう。

2　学習の到達目標

・各種運動の実践を通して、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。
・生涯にわたって運動・スポーツにかかわれる豊かなスポーツライフの基盤の形成と、日常生活の中での運動習慣の育成、健康についての知識や理解を深める。また健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上、自ら判断して選択していく力の育成を図る。
・他者の体力や運動能力にも配慮して、アドバイスしたり、ともに実践する力をつける。

3　学習評価(評価規準と評価方法)

| 観点 | a：運動の技能 | 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、計画的な実践に関する具体的な知識や生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するための科学的知識及び運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。 | 自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫し、それらを表現している。 | 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。 |
| 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) |
| 1学期 | 集団行動 体つくり運動 | オリエンテーション<br>集団行動<br>ラジオ体操第2<br>体ほぐしの運動<br>新体力テスト<br>実生活に生かす運動の計画 | a:体つくり運動の合理的な実践に関する具体的な知識や運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。個人及びグループの課題解決に役立つ知識や技能を身に付けている。<br>b:体つくりにおける自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や練習方法を工夫している。<br>c:体つくり運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、実生活で生かせるよう、運動の合理的・計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また自他の課題を適切に把握し、工夫して改善に向けた実践を行おうとしている。 | 技能観察 | レポート | 受講態度の観察 |
| | 器械体操 | マット運動 | a: マット運動では，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。<br>b: 生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し，合理的，計画的な解決に向けて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。<br>c: 器械運動に主体的に取り組むとともに，よい演技を讃えようとすること，互いに助け合い高め合おうとすること，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。 | 技能観察 | ワークシート | 受講態度の観察<br>レポート |
| | 球技（ゴール型） | ハンドボール | a: 状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空 間への侵入などから攻防をすることができる。<br>b: 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し，合理的，計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに，自己やチームの考えたことを他者に伝えている。<br>c: 球技に主体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，合意形成に貢献しようとすること，一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること，互いに助け合い高め合おうとすることなどをしたり，健康･安全を確保している。 | 技能観察 | ゲーム観察 | 受講態度の観察<br>レポート |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2学期 | 水泳 | 水泳<br>クロール<br>平泳ぎ | a: 水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。<br>技術の名称や行い方、体力の高める方法、運動観察の方法をみにつけている。<br>b:生涯にわたって水泳を豊かに実践するための自己やグループの課題に応じた運動の取り組み方を工夫し、表現している。また、水泳のルールを正しく理解し、その実践に向けた工夫をしている。<br>c:水泳の楽しさや喜びを味わうこと競い合い、勝敗を受け止めることができるようにルールを大切にし、自己責任を果たそうとすることなど、水泳の事故防止に関する健康や安全を確保して、主体的に取り組もうとしている。 | 技能観察<br>記録会 | レポート | 受講態度の観察 |
| | 陸上競技 | ハードル走 | a:100m 走の楽しさや喜びを味わうことができるように意欲的に取り組もうとしている。安全を確保するためのルールの理解と運動方法の理解、体力・技術の違いを理解し互いに励ましあう態度で臨んでいる。<br>b:自己の能力・課題に応じた目標の設定、取り組み方を工夫している。<br>c: 記録の向上や競争の楽しさ喜びを味わい、スタートや中間疾走の技能が高められるようにする。 | 技能観察<br>記録会 | レポート | 受講態度の観察 |
| | 球技 ネット型 | バレーボール | a:バレーボール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、声かけ・掛け声を大切にしている、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。<br>b:生涯にわたり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。<br>c:レシーブ・パス・スパイク・ブロックといった基本の動きを身につけ、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。 | 技能観察<br>スキルテスト | レポート | 受講態度の観察 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 3学期 | 陸上競技 | 陸上競技<br>長距離走<br>3km | a: 各距離に応じた、目標タイム設定をし、効率の良いフォーム、ペース配分を考えて走ることができる。<br>b:走るという基本的動作であるスポーツ特性を理解し、生涯にわたって豊かに実践するため、自己の力を知り、課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。<br>c: 走る楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いを認めあい、励まし合い、速さを競いあう楽しさを知り、主体的に取り組もうとしている。 | 技能観察<br>タイム記録 | ワークシート | 受講態度の観察<br>レポート |
| | 体育理論 | 人間にとって「動く」とはなにか<br>スポーツの始まりと変遷<br>文化としてのスポーツ<br>オリンピックと国際理解 | a:スポーツの始まりや文化・歴史を理解し、必要な情報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。<br>b: スポーツの始まりや文化・歴史を理解し、必要な情報について自分の考え方や意見を持ち学習の仕方を工夫している。<br>c: スポーツの始まりや文化・歴史を理解し、自分の考えを持とうとしている。 | 体育理論のテスト | ワークシート | 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