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	３単位	年次	２年次男子
使用教科書	「新高等保健体育」（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　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	体つくり運動	体ほぐしの運動 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。 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。 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	受講態度の観察	受講態度の観察 レポート
	球技 ゴール型	バスケットボール	a:ドリブル、パス、シュートなど基本的な技術を身につけている。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。 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ること。 c:戦術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、主体的に取り組もうとしている。	技能観察 タイム記録	ワークシート	受講態度の観察 レポート
	球技 ネット型	バドミントン	a: シャトルコックの特性に応じた特有の技能を身につけている。 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ること。 c: 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、主体的に取り組もうとしている。	技能観察 タイム記録	ワークシート	受講態度の観察 レポート

	体育理論	・スポーツにおける技術と戦術・戦略 ・スポーツにおける技能と体力	a:運動技能の上達とそのメカニズムについて説明ができる。 b: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について，概念と自己の状況を関連付けたりして，自己や社会についての課題を発見すること。 運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について，習得した知識を基に，環境の異なる場所や変化を想定して，危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えること。 c: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている。	理解度確認	ワークシート	受講態度の観察
2学期	水泳	水泳	a:背泳ぎでは，姿勢を安定させ、手と足の動き，呼吸のタイミングを身に付け，真っすぐ丁寧に泳ぐこと。 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。 c: 水泳に主体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，役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること，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，水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康･安全を確保すること。	技能観察 タイム記録	ワークシート	受講態度の観察 レポート

	陸上競技	三段跳び	a：三段跳びでは,短い助走からリズミカルに連続して跳ぶこと。 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。 c：陸上競技に主体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，役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること，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	受講態度の観察	受講態度の観察レポート
	球技 ゴール型	ラグビー	a：基本的なパス等のフォームを身につけている。ルールを十分理解してゲームを実践することができる。モールやラック、ラインアウトをうまく使って、チームとして動くことができる。技術の名称や方法を理解している。観察のポイントや楽しみ方を知っている。 b：ラグビー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、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。 c：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、主体的に取り組もうとしている。	技能観察 タイム記録	ワークシート	受講態度の観察レポート

	体育理論	・技能の上達過程と練習の考え方 ・効果的な動きのメカニズム	a:運動技能の上達とそのメカニズムについて説明ができる。 b: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について，概念と自己の状況を関連付けたりして，自己や社会についての課題を発見すること。 運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について，習得した知識を基に，環境の異なる場所や変化を想定して，危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えること。 c: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている。	理解度確認	ワークシート	受講態度の観察
3学期	陸上競技	長距離走 3km	a: 自分で設定したペースの変化や仲間のペースに応じて，ストライドやピッチを切り替えて走ること b: 体力や技能の程度等の違いを超えて仲間とともに陸上競技を楽しむための調整の仕方を見付けること。 c: 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。	技能観察 タイム記録	ワークシート	受講態度の観察 レポート
	体育理論	1. 2学期に学習した項目のまとめ	a:運動技能の上達とそのメカニズムについて説明ができる。 b: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について，概念と自己の状況を関連付けたりして，自己や社会についての課題を発見すること。 運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方について，習得した知識を基に，環境の異なる場所や変化を想定して，危険を予見し回避するための自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えること。 c: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている。	理解度の確認	ワークシート 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

	武道	・柔道	a:自分の身を守る受け身の技術が完全に身についているうえで、相手の動きに応じた立ち技・寝技が展開できている。 b:相手の動きに合わせて自分の動きをどうすればよいかを常に考えながら授業に取り組む。また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。	理解度確認	ワークシート	・受講態度の観察 ・技能観察

※　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