学校番号	T3010

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	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

【知識及び技能】
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ようにするため、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、それらの技能を身に付けるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】
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養う。
【学びに向かう力、人間性等】
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、一人ひとり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	運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じて勝敗を競い、攻防を展開し、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付ける。仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。 スポーツの歴史､文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。	運動の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。 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。公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。	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主体的に取り組もうとする。

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)
一学期	集団行動・体つくり運動	・オリエンテーション ・集団行動 ・体つくり運動 ・体力測定	a: 活動を正しい方法で行うことができる。 b: 活動の目的を理解している。 c: 体つくり運動の楽しさや心地よさを感じ、自らの体力に応じて自主的に取り組もうとしている。	技能観察 レポート	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	器械運動	・マット運動	a: 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ができる。 b: 技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。 c: 機械運動に自主的に取り組むとともに、よい演技を讃えようとすること、互いに助け合い教え合おうとすること、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や、健康・安全を確保している。			

	球技	・ゴール型 サッカー	a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防することができる。 b: 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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ができる。 c: 球技に自主的に取り組むとともに、フェアプレイを大切にしようとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとすること、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保したりしている。			
二学期	武道	・柔道	a: 伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などについて理解している。 相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技などを用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすることができる。 b: 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている c: 武道に自主的に取り組むとともに相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすること、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や、健康・安全を確保している。	技能観察 レポート	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察 振り返りシート

	球技	・バスケットボール （ゴール型　集団種目）	a: 各種目の特性を理解し、基礎的な技術を身につけている。 b: 生涯にわたって球技を実践するために自己の課題に応じた取り組み方を考え行動している。各種目における技術や戦術の名称や練習方法について理解している。 c: 各種目の楽しさや勝敗や成功の喜びを味わうために、マナーやルールを守り、自己の責任や他者を尊重した行動を自主的にとろうとしている。			
	ニュースポーツ	・ニュースポーツ （生涯スポーツ個人・集団種目） ターゲットバードゴルフ	a: 各種目の特性を理解し、基礎的な技術を身につけている。 b: 生涯にわたって運動を実践するために自己の課題に応じた取り組み方を考え行動している。各種目における技術や戦術の名称や練習方法について理解している。 c: 各種目の楽しさや勝敗や成功の喜びを味わうために、マナーやルールを守り、自己の責任や他者を尊重した行動を自主的にとろうとしている。			

三学期	ニュースポーツ	・ニュースポーツ （生涯スポーツ個人・集団種目） アルティメット	a: 各種目の特性を理解し、基礎的な技術を身につけている。 b: 生涯にわたって運動を実践するために自己の課題に応じた取り組み方を考え行動している。各種目における技術や戦術の名称や練習方法について理解している。 c: 各種目の楽しさや勝敗や成功の喜びを味わうために、マナーやルールを守り、自己の責任や他者を尊重した行動を自主的にとろうとしている。	技能観察 レポート	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	体育理論	・体育理論 視聴覚教材活用	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理解している. 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、学習した知識を活用したり、応用したりしている。 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、自主的に学習に取り組もうとしている。	体育理論のテスト	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察 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