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（通信教育）	単位数	２単位	年次	２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、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解するとともに、目的に応じた技能を身に付けるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】
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、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫するとともに、それらを他者に伝える力を養う。
【学びに向かう力、人間性等】
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する態度を養う。

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	体つくり運動	・体力テスト	a:体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体つくり運動の行い方，体力の構成要素，実生活への取り入れ方などを理解するとともに，自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て，実生活に役立てることができる。 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ができる。 c:体つくり運動に主体的に取り組むとともに，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動きなど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などや，健康・安全を確保しようとしている。	技能観察 スキルテスト レポート	技能観察 スキルテスト レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	陸上競技	・走り幅跳び	a:助走のスピードとリズミカルな動きを生かして力強く踏み切り、より遠くへ跳んだり、競争したりできる。 b:動き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ることができる。 c:陸上競技に自主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、自己の責任を果たそうとすること、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしている。			

二学期	球技	・ソフトボール	a:個人の技術やチームとしての作戦や戦術の名称があること，局面ごとに技術の名称があり，それぞれの技術には，技能の向上につながる重要な動きのポイントがあることを理解している。 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ができる。 c:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、主体的に活動することができている。	技能観察 スキルテスト レポート	技能観察 スキルテスト レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	陸上競技	・長距離走	a:自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり、競争したりすることができる。 b:動き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ることができる。 c:陸上競技に自主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，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・安全を確保しようとしている。			

三学期	球技	・バスケットボール	a:勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい，技術などの名称や行い方，体力の高め方、課題解決の方法，競技会の仕方などを理解するとともに，作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 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ができる。 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や，健康・安全を確保しようとしている。	技能観察 スキルテスト レポート	技能観察 スキルテスト レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	体育理論	・豊かなスポーツライフの設計の仕方	a:スポーツの推進は、様々な施策や組織、人々の支援や参画によって支えられていることを理解している。 b:豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他社に伝えることができる。 c:学習したことを体育実技・実生活につなげ、考えることができる。			

※　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