学校番号	３０１８

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	２年次
使用教科書	大修館「現代高等保健体育」（大修館書店出版）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　　（大修館書店出版）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・体育の授業を通して運動する生活習慣を身につけよう。
・各種目を通して、公正・協力・責任・参画などの態度を育て、社会性を育もう。
・集団行動の中で、自己の能力に応じて運動技能・体力や筋力を高めよう。
・自他の運動を観察・分析することで、興味・関心を高め、運動を通して楽しさや喜び、達成感を分かち合おう。

2　学習の到達目標

・１年次の学習活動で身につけた知識・技能の上に立って下記の項目をより発展的に学習し次年度への円滑な継続を目指す。
・各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、知識・技能を身に付けるようにする。
・生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し，明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。
・社会的な態度や健康、安全に留意して運動をする態度を育て習慣化し、運動の場面だけではなく、日常生活に生かすなど、ライフステージと健康についての知識や理解を深め、適切に判断する能力を養う。自己研鑽の資質も養うことを目標とする。

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	１年次の学習活動で身につけた知識・技能の上に立って特性やねらいを把握し実践・応用できる科学的知識を身につけている。積極的に研究する姿勢を養い理解を深める。記録や技能向上に挑戦する。運動の合理的、計画的な実践に関する事項や生涯にわたって運動を継続するための理論について理解している。	学習で得た成果・知識を活用し、技能向上につなげ自ら応用・発展させ、他の運動や実生活に生かすことができる。仲間と連携・協力してゲームを楽しむことができる。 また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断するとともに、それらを他者に伝えている。	運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組み運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう学習に主体的に取り組もうとしている。 安全の確保ができ、また勝敗や結果を受け入れ、個人の技能・能力を客観的に判断することができる。

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	球技	ネット型 バドミントン バレーボール 体つくり運動	a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、ルール、フェアプレイを大切にすること、作戦などについて話し合い試合に必要な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:練習・試合中のとっさの判断や、チームメイトとのコミュニケーションをとるための言葉・表現について工夫している。 c: 健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 d：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もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察 パス回数測定などスキルテスト ノート	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 技能観察 記録測定 スキルテスト 見学用紙の提出
	水泳	平泳ぎ	a：平泳ぎの特性に応じた効率的な泳法を身につけている。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実践するため、自己の課題に応じた運動の取り組み方をしている。 c：水泳の楽しさや喜びを味わうことができるようにタイムを冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとすることや自身の体に対しての理解を深め、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。	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 ノート	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 ノート	受講態度の観察 技能観察 記録測定 ノート 見学用紙の提出

2学期	体育理論	スポーツにおける 技能と体力 技術と戦術 技能の上達過程と練習 動きのメカニズム 体力トレーニング 安全確保	a:各種スポーツの特性に応じた技能・体力の習得・向上に向けた基本的な知識を身につけている b: 生涯にわたってスポーツを実践していくため、自己の課題に応じた運動・トレーニングを工夫し必要な情報を比較したり分析したりして表現できる。 c: 健康や安全を確保して、自主的に運動・トレーニング方法を組み合わせて楽しさや喜びを味わうことができるよう、取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート	受講態度の観察 技能観察
	武道	柔道	a: 柔道の特性に応じた攻防を展開するための知識・技・受け身を身につけている。伝統的な考え方や技の名称、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: 技の練習方法などを仲間と共有するための言葉・表現を工夫したり試合・審判も併せて経験する中で勝敗を判断したり柔道を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。	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 ノート	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 ノート	受講態度の観察 技能観察 見学用紙の提出

3 学 期	陸 上 競 技	長距離走	a: 長距離走の特性に応じた手の振り・膝の上げ方など特有の技能を身につけている。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: 生涯にわたって長距離走を実践するため、仲間と一緒に走ったり、また、走っている中での自分のコンディションの判断など工夫をすることができる。 c: 各種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう、自己の記録を冷静に受け止めることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 技能観察 記録測定 スキルテスト 見学用紙の提出

※　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