学校番号	1001

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
使用教科書	「新高等保健体育」　（大修館書店出版）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、これまで身に付けた体力・運動技能をもとに、仲間と協働しより深く学び、一層力を伸長させよう。
・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方を学び、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

(1)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。
(2)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。
(3)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、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しているとともに、それらの技能を身に付けている。	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ている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、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とともに、健康・安全を確保している。

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)
前期	体つくり運動	体ほぐしの運動	a:多様な体ほぐしの運動を考えることができる b:手軽な運動、律動的な運動など、運動の内容や方法を自分で考え、工夫し、実践することができる c:体ほぐしの意義を理解し、からだを動かす楽しさや心地よさを探求しようとすることができる	観察 学習ノート	観察 学習ノート	観察 学習ノート
前期および後期	球技	(ゴール型) アルティメット ハンドボール サッカー バスケットボール	a: ゴール型の特性と技能の構造・審判法を正しく理解し、身につけている。 個人や集団の課題・効果的な練習方法について、言ったり書きだしたりしている。 ゲーム内の動きを想定し、有効な動きを身につけている。 b:攻防など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た取り組みを工夫し、自己の課題に応じた練習を組み立てている。 ICT を活用し、動きのポイントや課題を見つけている。また、仲間に伝えている。 c: 球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 健康・安全に留意している。	観察 学習ノート スキルテスト	観察 学習ノート	観察 学習ノート

		（ネット型） バドミントン バレーボール テニス	a： ネット型の特性と技能の構造・審判法を正しく理解し、身につけている。 　個人や集団の課題・効果的な練習方法について、言ったり書きだしたりしている。 　ゲーム内の動きを想定し、有効な動きを身につけている。 b：攻防など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た取り組みを工夫し、自己の課題に応じた練習を組み立てている。 　ICT を活用し、動きのポイントや課題を見つけている。また、仲間に伝えている。 c： 球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 　作戦などについての話し合いに参加しようとしている。 　健康・安全に留意している。	スキルテスト 観察 学習ノート	観察 学習ノート	観察 学習ノート

前期	水泳	平泳ぎ	a:泳法と関連させた補助運動や部分運動を繰り返したり継続して行ったりすることで結果として体力を高めることができることについて、言ったり書きだしたりしている。 肩より前で、両手で逆ハート型を描くように強くかくことができる。 プルのかき終わりに合わせて顔を水面上に出して呼吸を行い、キックの蹴り終わりに合わせてグライドをとり、1回の腕の動き（ストローク）で大きく進むことができる。 スタートの合図と同時に顔を水中に沈め、抵抗の少ない流線型の姿勢をとって力強く壁を蹴り泳ぎだすことができる。 b: 自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の課題に応じた練習を組み立てている。 c:水泳の学習に主体的に取り組もうとしている。 健康・安全を確保している。	スキルテスト 観察 学習ノート	観察 学習ノート	観察 学習ノート
後期	陸上競技	競走(長距離)	a:一定のリズム・スピードで力みのない走りができる。 長距離の特性やラップからのレース展開・目標を言ったり、書き出したりしている。 b:提供された練習方法から、自己の課題に応じた練習方法を選んでいる。 c:長距離の学習に主体的に取り組もうとしている。 健康・安全を確保している。	スキルテスト 観察 学習ノート	観察 学習ノート	観察 学習ノート

	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 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 体力トレーニング 運動やスポーツでの危険予知と安全確保	a:運動技能の上達過程や体力の構成要素について言ったり書き出したりしている。 b:運動技能の上達過程や体力の構成要素について自らの行動に当てはめて考えることができ、他者に伝えている。 c:体育理論の学習に積極的に取り組もうとしている。	観察 学習ノート	観察 学習ノート	観察 学習ノート

※　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