学校番号	T3036

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　改訂版（大修館書店）						
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・基本的な運動技能を学び、体力や筋力の維持・向上に努めよう。
・自他の運動を観察し、分析することでさらに興味・関心を高め、運動の楽しさや喜びを味わおう。
・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の基礎を築けるように取り組もう。

2　学習の到達目標

（１）各種目における基礎・基本的な運動技能を高め、体力や筋力の維持・向上をめざす。
（２）自他の運動において観察・分析し、技能や戦術に反映させることができる。また、ペアやグループでお互いに教え合うことができる。
（３）スポーツを通して、公正・協力・責任・参画などの態度を身につけ、仲間と協力して活動できる能力を養う。

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習得・理解している。 ・運動の実践を通して、種目の特性に応じた段階的技能を修得して勝敗を競う、攻防を展開する、表現する等の技能を身につける。	・知識を活用し、技能向上に向けた取り組みができる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みを工夫できる。 ・運動の継続や体力・技能向上など、それらを安全に実施できるための計画を考えることができる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。	・積極的に進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 ・仲間と連携・協力し、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。 ・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つける。
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	・オリエンテーション ・集団行動 ・ラジオ体操 ・新体力テスト	a:身体の構造や機能、運動の効果的な行い方について理解することができる。 b:自己の課題に応じた運動を行うことができる。 c:自己と他者の違いに気づき、互いに配慮し活動することができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
	球技(ネット型)	・バドミントン 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。 ・卓球 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。	a:ルールや用具の使い方を理解し、基本的な運動技能を高めることができる。 b:種目特性を理解し、知識・技能を自己の課題に応用することができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
	球技(ベースボール型)	・キックベースボール 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。 ・ソフトボール 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。	a:ルールや用具の使い方を理解し、基本的な運動技能を高めることができる。 b:種目特性を理解し、知識・技能を自己の課題に応用することができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
後期	体育理論	・スポーツの文化的特性や現代スポーツの発展 スポーツの意義や価値、科学的、効果的なスポーツの実践と豊かなスポーツライフの設計について学ぶ。	a:スポーツの起源と時代に応じて変化してきたことについて理解することができる。 b:各課題について考察し、問題か行けるに向け取り組むことができる。 c:学習したことを実生活に繋げ考えることができる。	小テスト	受講態度の観察 ワークシート	受講態度の観察 ワークシート

	ダンス	・現代的なリズムのダンス ダンスの特性に触れながら技能や知識を身につける。	a:踊りの特徴や表現の仕方を理解することができる。 b:自己や仲間とダンスについての課題を共有し技能を高めることができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と共に楽しく踊ることができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
	球技（ゴール型）	・サッカー(フットサル) 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。 ・バスケットボール 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。	a:ルールや用具の使い方を理解し、基本的な運動技能を高めることができる。 b:種目特性を理解し、知識・技能を自己の課題に応用することができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
	陸上競技	・持久走 持久力向上のため、ペースを意識し、各自目標を立て取り組む。	a:持久力向上のため効果的な練習法について理解することができる。 b:自己の課題に応じた運動を行うことができる。 c: 自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察

※　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