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	４年次
使用教科書	新高等保健体育（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）

・スクーリングでは運動の特性を理解し、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めるための実技、および講義を行う。
・レポート作成では、スクーリングの内容をしっかり学び、教科書をよく読んで、すべて記入してから提出してください。
・評価はスクーリングでの取り組み状況、レポート提出状況および定期考査により行う。

2　学習の到達目標

（１）生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を運動場面だけでなく日常生活で生かせるよう、ライフステージと健康について知識や理解を深める。
（２）健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、適切に判断する能力を養う。
（３）健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。

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	・運動の技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法を理解している。 ・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。 ・運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じた段階的な技能を身につける。	・知識を活用し、技能向上につなげる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫できる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させる。	・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。 ・自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 ・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 体つくり運動 体力を高める運動	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	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。	a: ルールや用具の使い方を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
	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、課題解決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
後期	球技(ベースボール型)	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

	武道	・柔道 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。 また、武道の精神を理解する。	a:姿勢や組み方、受け身を習得し、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（ネット型）	バレーボール 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

※　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