※令和４年度以降入学生用

学校番号	C4001

令和８年度　保健体育科

科目	体育ｂ	単位数	２
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店）		
副教材等	最新スポーツルール　（大修館書店）		
レポート	２通		
必要出席回数	１０回（メディア学習１　含む）		
テスト	０回		
課題・実習等	実技試験・計測の実施		

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

- ３日間×３時間の短期集中スクーリングです。１時間でも遅刻・欠席すると単位修得できません。
- レポートは空欄があると再提出となります。すべて記入したうえ、各レポートの提出期日を目安に早めの提出を心がけましょう。
- 学校指定の体操服はありません。各自でジャージや T シャツ、体育館用や外用のシューズなどを準備し、スクーリングの開始時間に遅れないよう、運動できる服装に着替えて活動場所に集合しよう。
- 急な体調不良等による「見学」での出席は認められません。

２　学習の到達目標

- 実技を通して、集団で運動する楽しさや体を動かすことの喜びを感じる。
- 自分自身の健康や体力の状態を意識し、安全に楽しく運動するために協力する姿勢を身につける。
- レポート学習を通して、スポーツのルールや体力を高める方法について理解する。

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	各種目のルールや使用する道具の特性を理解する。 運動技術や体力を向上させるための方法を理解する。安全に留意しながら運動を実施するための方法を理解する。 知識を活用し、技能の向上につなげる。	自分の体調や体力の状態から運動量を考え、自分に合った練習方法等を工夫する。 無理せず、安全に運動に取り組む。 仲間と運動を楽しむためにどうすればよいかを考える。気づいたこと、感じたことを伝え、問題解決にむけて工夫する。	目標を立て、記録や技能の向上に挑戦する。 仲間と連携・協力しながら運動することで、各種目を積極的に楽しむ。

- 学習指導要領(第１章第２款の５)に則り，ラジオ・テレビ放送その他の多様なメディアを利用して行う学習による面接指導時間数の免除(面接指導の時間数のうち 10 分の６以内の時間数を免除)の制度を活用する。
- 学期末に５段階で評価する。

※令和４年度以降入学生用

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)
後期	体育理論／体つくり運動／陸上(長距離／球技／	体育理論 (体育の意義･効果的な運動方法)	a.　体育の意義を正しく理解している。また効果的な運動方法について、目的に応じた運動方法や運動強度を理解している。 b.　自分の体力に応じた運動方法を計画することができる c.　健康や体力向上に関心を持ち、生涯にわたって運動に親しんだり、計画的に運動に取り組むことができる。	レポート	レポート	レポート／スクーリング
		体つくり運動	a.　運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。 b.自己の体力や課題に応じて運動内容を工夫して取り組んでいる。 c.目標を設定し、自己の身体と対話しながら運動に取り組んでいる。	レポート／スクーリング	レポート／スクーリング	レポート／スクーリング
		陸上(長距離)	a.競技の特性を理解し、基本となる技能（フォーム・ペース）の習得に取り組んでいる。 b.自分の体力･目標に応じて、ペース配分やトレーニングを工夫し、課題に取り組んでいる。 c.目標をもって意欲的に取り組んでいる。また結果を振り返り、課題解決に向けた取り組みを行っている。	レポート／スクーリング	レポート／スクーリング	レポート／スクーリング
		選択球技	a.球技の特性を理解し、基本となる技能の習得に取り組んでいる。 b.練習で身につけた技能を活用し、戦術立ててゲームで試行している。 c.自らの技能をフィードバックし、課題解決に向けて取り組んでいる。また他者と協力しながら、スポーツに親しんでいる。	レポート／スクーリング	レポート／スクーリング	レポート／スクーリング

※　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