学校番号	３０２

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	１年次
使用教科書	「現代保健体育」　（大修館書店）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・１年次で学習する各種目を通じて安全に効率よく活動できる態度を養いましょう。
・自己及び他者の運動を観察し考えること運動に関する興味・関心を高め、身体を動かす楽しさや爽快感、達成感を皆と一緒に味わってください。
・体育の授業を通じて、生涯にわたって親しめるスポーツを探しましょう。
・スポーツに意義や歴史、文化を学びましょう。
・生涯にわたってスポーツを継続するための知識を身につけましょう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
・運動は人間にとってどのような意味を持つのかを知る。
・スポーツの始まり、変遷、文化としてのスポーツを知り、スポーツが世界に及ぼす影響を知る。
・技術、戦術、練習方法など効果的な動きのメカニズムを知る。
【思考力、判断力、表現力等】
・健康・安全に気を配り合理的、計画的に運動を実践する態度を育てる。
・運動を楽しむために種目の特性を知り、運動を通して他者とのコミュニケーション能力を向上させる姿勢を養う。
【学びに向かう力、人間性等】
・生涯にわたって運動する習慣を身につけ、健康的な生活を送る態度を養う。

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	記録の向上に努力できる。 種目の特性に応じて運動を合理的に実践し、勝敗を競うと共に、攻防を展開するための技術を習得するための有効な練習が出来る。 各種目で使用されるそれぞれの名称や、個人の体力を向上させるポイント、練習の実施方法や発表の方法などを理解している。 健康や安全に配慮しながら運動を実施できる。	自己の持つ知識を活用し技術の向上に努力する。 運動に参加するすべての人が継続的に努力できる工夫をする。 体力・技術を向上させるために計画を立案できる。 学習で得た知識、技術を実生活で役立てさせられるよう努力できる。 スポーツが発展してきた過程、意義を考えられる。	自ら進んで積極的に運動に参加する。 健康、安全に留意し主体的に学習に取り組む。 自分の技量を客観的に判断できる。 公正・責任・協力などの姿勢を身につける。 人間と人間以外の動物の動きの違いを知り、文化としてのスポーツ、生涯にわたってスポーツをする意義、方法を理解する。

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	集団行動 体つくり運動 陸上競技 マット運動 柔道 ダンス 水泳	集団行動(男女) 体つくり運動(男女) スポーツテスト(男女) 陸上競技(男女) 武道(柔道)(男子) ダンス(女子) 水泳(クロール)(女子)	a: 運動を続ける意義や身体の構造、運動の原則などを理解している。 技の名称や実施方法、身体の使い方、体力の高め方、観察時のポイント等を理解している。 b: 運動の特性を理解し正確に実施するための取り組み方を理解している。 記録・技を向上させるための工夫を行っている。 水泳に関して自己の体調を把握し安全に活動できるように判断している。 技術の取得のためにはどのような練習が効果的かを自ら判断し実施している。 c: 各種運動の楽しさや爽快感を味わい、自己の体力の向上をめざすと共に他人と協力する姿勢を示す。 柔道において相手を尊重する姿勢を身につけ安全に技の習得をめざしている。	実技テスト	レポート 授業内での技能を生かした取り組み	授業に参加する姿勢 授業態度の観察

2学期	水泳　柔道　バスケットボール　ラグビー　マット運動　ミニサッカー　ダンス	マット運動(女子) 武道(柔道)(男子) ダンス(女子) 水泳(クロール)(男子) バスケットボール(男子) ラグビー(男子) ミニサッカー(女子)	a: ラグビーのルールを理解している。 柔道の伝統・精神を理解し他者の行動観察により自己の技術を高める努力をしている。 ゴール型種目においては仲間と協力して得点をする努力をしている。 ラグビーの特徴を理解しルールを守ってプレーできる。 柔道の特徴に応じた攻防を展開できる技術を身につける。 b: 対人種目について自他共に安全に配慮し競技できる。 c: ラグビーにおいて相手を尊重しノーサイドの精神を理解する。 バスケットボール、ミニサッカーについて協議の特徴を理解し仲間と協力して活動している。	実技テスト	レポート 授業内での技能を生かした取り組み	授業に参加する姿勢 授業態度の観察
3学期	陸上競技	陸上競技 長距離走 10分間走(男女) 2500メートル走(男子) 2000メートル走(女子)	a: 自己の健康を管理し安全に決められた時間・距離を走りきれる。 自分の体調をベストに持っていける知識を習得する。 b: 運動を継続させるために体力を向上させたり、記録の伸長を図るためのペース配分が出来る。 c: 自己記録に挑戦する。	記録	レポート 授業内での技能を生かした取り組み	授業に参加する姿勢 授業態度の観察
	体育理論：スポーツの発祥と発展	スポーツの始まりと変遷 ・スポーツの始まりと変遷近代スポーツから国際スポーツへと発展したことを理解する。	a: スポーツの始まりと変遷近代スポーツから国際スポーツへと発展したことに関心がある。 b: スポーツの始まりと変遷近代スポーツから国際スポーツへと発展したことを自分の意見としてまとめられる。 c: スポーツの始まりと変遷近代スポーツから国際スポーツへと発展したことを理解している。	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント

		文化としてのスポーツ ・スポーツの文化的内容について理解し、メディアの影響によるスポーツ文化の変容について理解する。	a：スポーツの文化的内容について理解し、メディアの影響によるスポーツ文化の変容について関心がある。 b：スポーツの文化的内容について理解し、メディアの影響によるスポーツ文化の変容について自分の意見としてまとめられる。 c：スポーツの文化的内容について理解し、メディアの影響によるスポーツ文化の変容について理解している。	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント
		オリンピックとパラリンピックの意義 ・オリンピックとオリンピックムーブメントについて理解する。	a：オリンピックとオリンピックムーブメントについて関心がある。 b：オリンピックとオリンピックムーブメントについて自分の意見としてまとめられる。 c：オリンピックとオリンピックムーブメントについて理解している。	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント
		スポーツが経済に及ぼす効果 ・スポーツによる経済波及効果について理解し、スポーツ産業が及ぼす経済活動への影響について知る。	a：スポーツによる経済波及効果について理解し、スポーツ産業が及ぼす経済活動への影響について関心がある。 b：スポーツによる経済波及効果について理解し、スポーツ産業が及ぼす経済活動への影響について自分の意見としてまとめられる。 c：スポーツによる経済波及効果について理解し、スポーツ産業が及ぼす経済活動への影響について基礎的なことを理解している。	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント
		スポーツの高潔さドーピング ・ドーピングの始まりと歴史について理解する。	a：ドーピングの始まりと歴史について関心がある。 b：ドーピングの始まりと歴史について自分の意見としてまとめられる。 c：ドーピングの始まりと歴史について理解している	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント

		スポーツと環境 ・スポーツと環境問題について考え、スポーツ場面で環境を保護するためにわれわれが出来る内容を理解する。	a: スポーツと環境問題について考え、スポーツ場面で環境を保護するためにわれわれが出来る内容につて関心がある。 b: スポーツと環境問題について考え、スポーツ場面で環境を保護するためにわれわれが出来る内容を自分の意見としてまとめられる。 c: スポーツと環境問題について考え、スポーツ場面で環境を保護するためにわれわれが出来る内容を理解する。	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント	ノート グループワーク プリント

※　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