学校番号	３００２

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	現代高等保健体育（大修館）						
副教材等	現代高等保健体育ノート（大修館）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

自分で課題を発見し、自ら学び、考え、主体的に判断、行動し、仲間と協力をして課題を解決する能力を育んでいく。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
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、技能を身につけるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】
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事を他者に伝える力を養う。
【学びに向かう力、人間性等】
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、一人一人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	運動を通して体を動かす喜びや心地よさを味わうこと。 記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決すること。また、技の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、練習の行い方を理解すること。	生涯にわたって運動を豊かに継続するために、自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な課題解決に向けての取り組み方を工夫すること。 自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナー、フェアなプレイを大切にし、健康・安全を確保すること。 役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たそうとすること。

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 2 3	体つくり運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動 集団行動 ラジオ体操	a：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：狙いに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫し実践している。 c：体つくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとすること、自己の責任を果たそうとすることや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	・運動技能	・レポート ・学習の観察	・レポート ・学習の観察
	陸上競技	短距離走 持久走	a：技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。陸上競技の特性に応じた、各種目特有の技能を身に付けている。 b：生涯にわたって陸上競技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫し実践している。 c：陸上競技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすることなどや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	・運動技能	・レポート ・学習の観察	・レポート ・学習の観察
1 2	水泳	クロール 平泳ぎ	a：水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。また技術の名称や行い方、運動観察の方法を理解している b：生涯にわたって水泳を豊かに	・運動技能	・レポート ・学習の観察	・レポート ・学習の観察

			実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫し実践している。 c：水泳の楽しさや喜びを味わうことができるよう、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすることなどや水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。			
1 2 3	球技	ゴール型 ネット型	a：球技の特性に応じて、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間と連携した動きを身に付けている。技術の名称や行い方、運動観察の方法、試合の行い方を理解している。 b：生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫し実践している。 c：球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとすること、自己の責任を果たそうとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすることなどや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとしている。	・運動技能	・レポート ・学習の観察	・レポート ・学習の観察
1 2 3	武道	柔道	a 技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開し、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、投げたり抑えたりするなどの簡易な攻防することができるようにする。 b 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の	・運動技能	・レポート ・学習の観察	・レポート ・学習の観察

			取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 c 武道に積極的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることなどや、禁じ技を用いないなど健康・安全に気を配ることができるようにする。			
1 2 3	体育理論	スポーツの発祥と発展	a:スポーツの始まりと広がりやオリンピック価値、スポーツの役割等について理解している。 b:スポーツの始まりと広がりやオリンピックの価値、スポーツの役割等について筋道を立てて説明したり記述したりすることができる。 c:スポーツの始まりと広がりやオリンピックの価値、スポーツの役割等についての学習に意欲的に取り組もうとしている。	・運動技能	・レポート ・学習の観察	・レポート ・学習の観察

※　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