学校番号	312

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	２年次
使用教科書	現代高等保健体育　（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）

・集団種目では、特性を生かし、集団で協力し合う意識を常にもたせる。
・水泳は安全にプールに入らせるために準備運動をしっかりと行わせ、自分たちで工夫して泳げるよう説明を段階的かつ簡潔に行う。
・持久走は体調を自己管理させたうえで、自分にあったペースを見つけ、目標タイムを達成できるように自らの記録向上に努めさせる。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
・心と体を一体として捉え、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して知識及び技能を身につける。
【思考力、判断力、表現力等】
・健康増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、思考力、判断力、表現力を身につける。
【学びに向かう力、人間性等】
・明るく豊かで活力のある生活を営む態度を育て、生涯にわたって計画的に運動に楽しむ資質や能力を育てる。

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を理解している。 記録や技能を向上させるポイントを理解している。 記録や技能向上に挑戦する。 勝敗を競ったり、攻防を展開したりするための運動特性に応じた段階的な技能を身に付ける。 仲間と連携・協力して競技を楽しむ。	知識を活用し、技能向上につなげる。 ルールを理解し、勝敗を意識してゲームに臨んでいる。	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 活動場所の安全を確かめ、健康・安全に留意しようとする

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	体つくり運動・サッカー・器械体操・テニス・ラグビー・ハンド(男子) ソフトバレー・器械・ターゲットBG・バスケ(女子)	体つくり運動 サッカー ・基礎技術 ・試合 器械体操 ・跳び箱 ・テスト テニス ・基礎技術 ラグビー ・基礎技術(タグラグビー) ソフトバレーボール ・基本技術 ・試合 器械体操 ・平均台 ・テスト ターゲットバードゴルフ ・基礎技術 ・試合 バスケットボール ・基本技術 ・試合	球技 a:スキルテスト (パス、シュート、などの技能テストの実施) :ペーパーテスト (ルールやスキル名のペーパーテストの実施) b:学習課題 (チームでの戦術や個人のスキル上達のための方法を記入したワークシート) c:授業に取り組む姿勢 機械体操 a:スキルテスト (技テストによる評価の実施) b:技を組み合わせての表現テスト (表現テストの実施) c:授業に取り組む姿勢	・実技テスト	・授業感想 ・ワークシート	・授業感想 ・授業観察

	水泳(女子)	水慣れ 平泳ぎ コンビネーション・息継ぎ練習 フォーム・タイムテスト	a:スキルテスト （平泳ぎのタイム測定の実施） ：ペーパーテスト （ルールやスキル名のペーパーテストの実施） b:学習課題 （自己の平泳ぎのフォームやタイムを分析するワークシート） c:授業に取り組む姿勢	・実技テスト	・授業感想 ・ワークシート	・授業感想 ・授業観察
2学期	ソフトボール・ターゲットBG・テニス・バスケ(男子) バド・Sテニス・卓球・ミニサッカー・ソフトボール(女子)	ソフトボール ・基本技術 ・試合 ターゲットバードゴルフ ・基礎技術 ・試合 テニス ・基本技術 ・試合 ソフトバレーボール ・基本技術 ・試合 バスケ ・基本技術 ・試合 バドミントン ・基礎技術 ・試合 ソフトテニス・卓球 ・基礎技術 ミニサッカー・ソフトボール ・基礎技術 ・試合	球技 a:スキルテスト （ラリー、キャッチボール、シュート、などの技能テストの実施） ：ペーパーテスト （ルールやスキル名のペーパーテストの実施） b:学習課題 （チームでの戦術や個人のスキル上達のための方法を記入したワークシート） c:授業に取り組む姿勢	・実技テスト	・授業感想 ・ワークシート	・授業感想 ・授業観察

	水泳(男子)	水慣れ 平泳ぎ コンビネーション・息継ぎ練習 フォーム・タイムテスト	a:スキルテスト （平泳ぎのタイム測定の実施） ：ペーパーテスト （ルールやスキル名のペーパーテストの実施） b:学習課題 （自己の平泳ぎのフォームやタイムを分析するワークシート） c:授業に取り組む姿勢	・実技テスト	・授業感想 ・ワークシート	・授業感想 ・授業観察
3学期	持久走(男女)	3000mタイム計測（男子） 2400mタイム計測（女子） 12分間走(男女)	a:スキルテスト （タイム計測の実施） b:学習課題 （自分の 1 周のペース配分の計算方法を知りそれを活用して記録用紙に記入できている。） c:授業に取り組む姿勢	・実技テスト	・授業感想 ・ワークシート	・授業感想 ・授業観察
	体育理論（男女）	2 単元 01スポーツにおける技能と体力 02スポーツにおける技術と戦術 03技能の上達過程と練習 04効果的な動きのメカニズム 05体力トレーニング 06運動やスポーツでの安全の確保	A ペーパーテスト b:ペーパーテスト ：学習課題 （授業中に実施したプリント） c:授業に取り組む姿勢	・ペーパーテスト	・ペーパーテスト	・授業観察

※　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