学校番号	2004

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育実技特講	単位数	1単位	年次	3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）

体育教員や教育関係に興味がある生徒を対象とします。本講座では、リズム運動やマット運動、陸上競技、球技など運動の基礎習得を学び、運動の必要性や親しむ態度の育成、健康の保持増進、他者と協力し互いを認め合う態度を学びます。また、実技指導や他者に助言をする資質や能力を育てるとともに、課題解決ができる方法を学びます。本講座で各種目に対する興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わっていきましょう。

2　学習の到達目標

運動の合理的、計画的な実践を通して、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、それらの技能を身に付けるようにする。また、生涯にわたって運動ができ、他者に指導ができる資質や能力を養う。

(1) 運動の合理的・計画的な実践を通して、各種目の楽しさや喜びを深く味わい、積極的に運動能力と体力を増進させる。そのために、他者の体力や運動能力を把握し保持増進させる態度を身につける。また、各種目における技術の名称や健康・安全の確保の仕方などを具体的に理解するとともに、技能を身に付けるようにする。

(2) 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、アドバイスや助言など指導ができる力を養う。

(3) 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、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う指導ができるようにする。

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	(知) 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、練習や発表の仕方、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。 (技)運動の合理的な実践を通して、技能や段階的な指導技術を身につけることができている。	運動で得た知識を活用し、技能向上につなげた練習方法を考えることができている。運動を継続できるための取組みを学習し、運動の大切さを理解させることができている。学習で得た成果を自ら応用・発展させ、分かりやすく表現できている。	学びを通して公正に取り組み、互いに協力する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲・行動力を養うことができている。

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)
後期	体育実技実践	・バレーボール ・バスケットボール ・サッカー ・バドミントン ・陸上 ・体つくり運動 ・器械運動 ・卓球 ・テニス ・ダンス ・ボッチャ ・インディアカ	a:各種目に必要な知識・技能を身につけ、実践することができる。 b:生涯にわたって運動を豊かに継続するため、各運動の特性に応じて、チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫しようとしている。 c: 各運動種目に主体的に取り組み、仲間や相手の体力や技能の程度や健康・安全配慮してスポーツに取り組むことができる。	実技テスト	振り返りシート	振り返りシート 授業に向けての準備
	実技指導演習	・実技演習	a: 各種目に必要な知識・技能を分かりやすく説明することができている。各種目の目標設定を行い、取り組ませることができている。 b: 技術的な課題やその課題解決に有効な方法の選択につて振り返えさせることができている。生涯にわたって運動を豊かに継続するため、各運動の特性に応じて、合理的、計画的な取り組み方を工夫しようとしている。 c:主体的に取り組むとともに、設定した目標に近づくように設定内容を大切にして、互いに助け合い高めさせようとしている。授業の健康・安全を確保しようとしている。	模擬授業	振り返りシート ワークシート	振り返りシート 授業に向けての準備

※　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