学校番号	３２２

令和８年度　体育科

教科	体育	科目	スポーツ概論	単位数	１単位	年次	２年次（体育科）
使用教科書	使用せず						
副教材等	基礎から学ぶスポーツ概論（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・メンタルトレーニングについて学び、自らが競技者としてメンタルのコントロールを実践できるようになろう。
・競技者として、またスポーツを支える観点からもスポーツ栄養について学ぼう。
・スポーツの指導法や参加者の健康・安全の確保の仕方を考えよう。
・スポーツ外傷や障害、疾病などについての知識を高めよう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
「する，みる，支える，知る」といった生涯にわたる豊かなスポーツライフを卒業後にも主体的に実践できるようにする。
　スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解すること。
【思考力、判断力、表現力等】
・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から，多角的に思考し判断し表現できるようになる。
　スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について，課題を発見し，よりよい解決に向けて思考し判断するとともに，他者に伝えること。
【学びに向かう力、人間性等】
・運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に主体的に取り組むこと。

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	スポーツの多様な意義やスポーツの推進及び発展の仕方について理解しているとともに、スポーツの推進及び発展に必要な「スポーツ概論」の知識・技能を身に付けている。	スポーツの推進及び発展に必要な「スポーツ概論」における自他や社会の課題を発見し、思考し判断するとともに、それらを他者に伝えている。	生涯を通してスポーツの推進及び発展に寄与するための「スポーツ概論」における課題研究に主体的に取り組もうとしている。

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)
1学期・2学期	スポーツライフマネージメント	競技力向上に必要な基礎知識 自分の体をマネジメントする ・ウォーミングアップとクーリングダウン ・スポーツによる外傷、障害 ・応急手当の意義とその基本 ・日常的な応急手当 ・心肺蘇生法 ・メンタルトレーニング 栄養でパフォーマンスを高める ・スポーツ栄養の基礎 危険予知トレーニングについて	a:スポーツのさまざまな指導法と安全確保について、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。また、応急手当、心肺蘇生法の意義、方法について実習を通じて理解し、発言したり記述することができる。 b: スポーツのさまざまな指導法と安全確保について、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 c: スポーツのさまざまな指導法と安全確保について、言ったり書き出したりしている。また、積極的に実技の実践を行い、発言するなど課題の解決にむけた学習活動に意欲的に取り組もうとしている。	確認テスト	ワークシート レポート	ワークシート レポート 振り返りシート
3学期	スポーツ指導者について	指導の場としての学校における体育・スポーツ活動やスポーツイベントについて 効果的なスポーツの指導方法 ・持久走の指導方法等 ・駅伝大会の企画運営	a:スポーツの企画や安全管理について、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。 b: スポーツの企画や安全管理ついて、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる c： スポーツの企画と運営について理解するとともにスポーツ大会等の企画ができる。 d: スポーツの企画や安全管理ついて、言ったり書き出したりしている。	確認テスト	ワークシート レポート	ワークシート レポート 振り返りシート

※　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