学校番号	３２２

令和８年度　体育科

教科	体育	科目	スポーツⅠ（女子）	単位数	１単位	年次	２年次（体育科）
使用教科書							
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

授業を受けるに当たっては、服装や授業の準備や後片付け、時間を守るなどのルールを守って学習して下さい。また、担当者によっては学習カードの記入やスキルテストを実施する場合があります。
卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるように学習して下さい。
また、疑問や不安なことがあれば担当者に相談して下さい。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
勝敗を競い合う楽しさや喜びを味わい、体力の高め方や運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】
攻防などにおける自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】
自主的に取り組み、作戦などについての話し合いに貢献することや一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にすることなどに意欲をもち、健康や安全を確保することができるようにする。また、運動の実践を通じて協力や責任の態度を養い、安全に対する意識を高める。

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	スポーツⅠを多様に実践するための事項を理解すること、運動を通してスポーツを推進及び発展するための事項を理解するとともに、生涯を通したスポーツの推進及び発展に必要な技能を身に付けている。	スポーツの多様な実践と推進及び発展についての自他や社会の課題を発見し、主体的、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	生涯を通してスポーツと多様に関わるとともにスポーツの推進及び発展に寄与することができるよう、運動の主体的、合理的、計画的な実践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

2年 4月～6月	スポーツⅠ　測定競技　陸上競技	走幅跳 三段跳 走高跳 砲丸投 円盤投 ジャベリックスロー	a：次の運動について，記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい，技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などを理解するとともに，各種目特有の技能を身に付けることができる。 ・走り幅跳びでは、スピードに乗った助走と力強い踏み切りから着地までの動きを滑らかにして跳ぶことができるようにする。 ・三段跳びでは、短い助走からリズミカルに連続して跳ぶことをできるようにする。 ・走り高跳びでは、スピードのあるリズミカルな助走から力強く踏み切り，滑らかな空間動作で跳ぶことができるようにする。 ・砲丸投げとは、立ち投げなどから突き出して投げることをできるようにする。 ・円盤投げとは、立ち投げなどから体と腕の開店を利用して投げることをできるようにする。 b:自己や仲間の動きなどの課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の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。 c：陸上競技に自主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，一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや，健康・安全を確保することができる。	・技能テスト ・技能観察 ・レポート	・実技テスト ・レポート	・受講態度の観察 ・振り返りシート

2年 6月～9月	スポーツⅠ 測定競技 水泳	水泳 バタフライ 個人メドレー	a: 次の運動について，記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい，技術の名称や行い方，体力の高め方，運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。 ・バタフライでは，手と足の動き，呼吸のバランスを保ち，プルとキック，呼吸動作のタイミングを常に合わせて，１回のストロークごとに大きな伸びのある泳ぎをすることができる。 ・個人メドレーとは複数の泳法で泳ぐことで，これまで学習したバタフライ、背泳ぎ、平泳ぎ、クロールの４種目を、各25m ずつ、この順番で、続けて泳ぐことができるようにする。 b:自己や仲間の泳法などの課題を発見し，合理的な解決に向けて運動の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。 c: 水泳に自主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，一人一人の違いに 応じた課題や挑戦を大切にしようとすることなどや，水泳の事故防止に関する心得 を遵守するなど健康・安全を確保することができる。	・技能テスト ・技能観察 ・レポート	・実技テスト ・レポート	・受講態度の観察 ・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