学校番号	103

令和８年度　体育科

教科	体育	科目	スポーツＶ	単位数	１単位	年次	２年次サイエンス選択
使用教科書	なし						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・スポーツ医科学的な視点から、競技型野外活動の安全な実施方法や体力向上の方法を学ぼう。
・運動を実施する際に自身の体がどのように変化しているのか、さまざまなデータや理論に基づいて考え、行動する力を身につけよう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
競技型野外活動に必要な心拍数・筋負荷などのスポーツ医科学の基礎知識を理解し、安全なトレーニング方法や怪我の予防策を身につけて実践できる。
【思考力、判断力、表現力等】
活動時の身体負荷や環境を科学的に分析し、安全性と効果を高める方法を判断し、記録やデータを活用して活動の成果を表現できる。
【学びに向かう力、人間性等】
活動において自他の健康と安全を自ら確保しようとし、協力して取り組む姿勢を持ち、学んだ内容を次の活動に生かそうとする態度を示す。

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	生徒が野外活動に必要な医科学的知識と安全な技能を習得し、健康的に活動できるようにする。	生徒が活動を科学的に分析し、安全で効果的な方法を判断し、記録や表現で理解を深められるようにする。	生徒が自他の健康と安全を守り、協力的に学び、学んだ内容を次の活動へ生かせるようにする。

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	野外活動・医科学実習	オリエンテーション 事前指導 ボート実践 ・スポーツ医科学総論 ・シナプソロジー	a1: 野外活動における基本的な技能(例:ボートの漕ぎ方など)を習得し、実践できる a2: 競技型野外活動を安全に実施するために必要な医科学的	テスト 実技	テスト ノート 課題	ノート 受講態度の観察 課題

		・施設見学 ・スポーツ医科学測定 ・ﾘﾊﾋﾞﾘﾃｰｼｮﾝ実習 ・運動療法実習 ・スポーツ医科学論	知識を習得する。 b: 野外活動における運動の特性やスポーツ医科学の知識を活用し、課題を発見し、合理的な解決策を考えられるか。 c: 活動を行う際、自他の健康・安全の確保について十分な理解ができ、参加している。			

※　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