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	３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）

・野外活動の安全な実施方法や最先端のスポーツ科学の施設・設備にふれることで見識を高め、スポーツ科学の知識や気づきを深めて将来に活かそう。
・主体的に行動し、周囲の環境や仲間の状況を読み取り、考え、行動することで積極的に行動する力や協調性を身につけよう。

2　学習の到達目標

a:知識・技能：スポーツ科学の知識の習得と専門性の向上。
b:思考・判断・表現: 野外活動の中で自分や集団の課題を発見し、状況に合わせて合理的・計画的な解決方法を考え、実行することができる。
c：主体的に学習に取り組む態度:野外活動の中で自他の健康や安全について、客観的に捉えて適切な判断のもと臨機応変な対応ができるようなる。

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	野外活動において、基礎となる技能や体力を高め実践できる。 積極的に活動を行い、スポーツ科学にかかわる知識を身につける。	自分の課題を発見し、合理的・計画的な解決方法を考えられる 野外活動において、スポーツ科学に関する知識を活用し、臨機応変に対応ができる スポーツ科学に関する知識を他者に表現している。	集団活動において、自己の責任を果たす 野外活動に参画し、協働して、それぞれの能力を認め合い、違いを大切にする意識を育む活動を行う際、自他の健康・安全の確保について十分理解している
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

1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)

		オリエンテーション 事前指導 野外活動(自転車)の実践 スポーツ医科学講義 ・スポーツ心理学 ・スポーツ栄養学 測定・実習 ・自転車パワー測定 ・体力測定 ・研究施設見学 ・測定・分析 実習振り返り	a1: 競技型野外活動における基本的な技能（ペダル回転数の高め方など)を習得し、実践できる a2: 野外活動やスポーツ医科学の知識の習得、意義について理解を深めている。 b: 活動を通して、自分の課題に対して理解をして合理的に解決できるように考えている。 c:積極的に活動に参加し、周囲との協働に重点をおいた活動の中で、積極的に取り組もうとしている。 様々な活動において、効率の良い動きを身に付けている。 自己の責任を果たし、他者と協働して活動している。	観察 ノート 筆記テスト	観察 ノート	観察 ノート

※　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