学校番号	103

令和８年度　体育科

教科	体育	科目	スポーツⅥ（女子）	単位数	２単位	年次	１年次
使用教科書	なし						
副教材等	ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

2　学習の到達目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す

（１）運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、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

（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、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う

（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の意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う

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	・記録や技能向上に挑戦する。運動の合理的な実践を通して、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身に付ける。仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。 ・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。	・知識を活用し、技能向上につなげる。自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫できる。 ・運動を継続したり、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かすことができる。	・自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 ・健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 ・公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。

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	集団行動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操	a: 集団行動の意義、姿勢、方向変換、行進、列の増減などを理解している。 b: 動きのねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための効率的な動きを学ぶとともに、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: みんなで同じ動きを行う楽しさや効率的に行動ができるよう、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。	筆記テスト 実技	実技 レポート	授業態度の観察 レポート提出
	水泳	水泳 ・クロール ・平泳ぎ	a: ・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、手と足の動き，呼吸のバランスを保ち，安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりする ・体力の高め方、運動観察の方法などを理解する ・効率的に泳ぐことができる b: ・泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫する ・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 ・勝敗や記録を冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする ・自己の責任を果たそうとする ・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 ・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	筆記テスト 実技	実技 技能観察	授業態度の観察 レポート提出

2学期	集団演技 マスゲーム	集団演技 マスゲーム練習	a: ルール、考え方、技術の名称や体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b: 生涯にわたってスポーツを豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: 集団でそろった演技を行う楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、集団行動の仕方を大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	筆記テスト 実技	実技 レポート	授業態度の観察 レポート提出
	器械運動 体つくり運動	器械運動 ・マット運動 ・体ほぐしの運動 ・新体力テスト ・体力を高める運動	a: 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b: 生涯にわたって各種目を豊かに実践するため、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: 各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	筆記テスト 実技	実技 レポート	授業態度の観察 レポート提出
3学期	長距離走	長距離走	a: 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:生涯にわたって種目を豊かに実践するため、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c:種目の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、ルールを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	筆記テスト 実技	技能観察 タイムの記録	授業態度の観察 レポート提出

※　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