※令和４年度以降入学生用

学校番号	３２９

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	新高等保健体育（大修館書店）						
副教材等	新高等保健体育ノート（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・体力や筋力を高めるとともに、安全に協力し合える気持ちを養おう。
・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うとともに、自己の能力へ挑戦することの楽しさを感じよう。
・体育の授業を通して、運動する・見る・支える・知るといった関わりを学び、自分に合ったスポーツライフを考えてみよう。

２　学習の到達目標

自己の能力を向上させるために、健康保持・体力増強を目標とし、その挑戦を繰り返しながら、課題解決の達成感や技能の向上の喜びを感じることを目指す。
１、運動の合理的，計画的な実践を通して，知識を深めるとともに技能を高め，運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
２、健康・安全を確保して，生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を身につけ、自分の思いや考えを広げたり深めるようにする。
３、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て，公正，協力，責任，参画などに対する意欲を高め、社会や人々との関わりを慈しむ態度を養う。

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

※令和４年度以降入学生用

観点の趣旨	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具体的な方法を理解している。 スポーツの歴史、文化特性、スポーツとの関わり方について理解している。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、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、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つける。	知識を活用し、体力・技能向上につなげる。 自他の課題に応じた取り組みを工夫できる。 運動の継続・技能向上のための計画を考えることができる。 運動で得た成果を応用・発展させ、実生活に生かせる。	自ら積極的に運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 健康・安全に配慮し、主体的に学習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。 協力・責任の態度を身につける。
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　体つくり運動	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力を高める運動 実生活に生かす運動の計画	a:運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できるようにする。 b:目的に適した運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようにする。 c:体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力向上を図り、自主的に運動に取り組もうとする。	ノート レポート 技能観察	ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート

※令和４年度以降入学生用

	男子（陸上・器械運動・剣道）　女子（陸上・水泳）	・陸上競技 短・中距離走 ハードル 跳躍 ・器械運動 マット運動 ・剣道 ・水泳 フリー・ブレス	a：技術の名称や行い方、伝統的な考え方、体力の高め方、運動観察の方法を身につけている 各種目に応じた技能を身につけている。 b：生涯にわたり、水泳、武道・その他の種目について、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：自主的、積極的に授業に参加している。 各種目においてその運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう安全に配慮し仲間と協力して活動できている。	ノート レポート 技能観察	ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート
２学期	男子（水泳・テニス・ハンドボール・剣道）　女子（ハンドボール・テニス・器械運動）	水泳 テニス ハンドボール 剣道 器械運動 マット運動	a：武道の伝統的な考え方、稽古法を理解する。水泳は泳法の名称に加え、練習の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。水泳時の安全の確保や事故の予防について理解している。 各種目に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。 球技の特性を理解し、基本的運動とともに、ゲームに生かせる技術を習得している。水泳では、泳法の特性や方法を理解、習得している。 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：自主的、積極的に授業に参加している。 各種目においてその運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう安全に配慮し仲間と協力して活動できている。	ノート レポート 技能観察	ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート

※令和４年度以降入学生用

	体育理論	人間にとって動くとは何か スポーツの始まりと変遷 文化としてのスポーツ オリンピックと国際理解 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ倫理 ライフスポーツに応じたスポーツ	a:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、言ったり書きだしたりしている。 b:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、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:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、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。	ノート レポート 体育理論のテスト	ノート レポート 体育理論のテスト	受講態度の観察 ノート レポート
3学期	男子(陸上競技・剣道)　女子(陸上競技・バスケットボール)	陸上競技 　持久走 剣道 バスケットボール	a:体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 ペース配分の研究やランニングフォーム、安全で健康的な走り方について理解している。 剣道については有効打突の条件を理解し、打ち込み稽古、地稽古の中で、有効打突を身につける。 バスケットボールの基本動作を身につけ、ゲームに応用できる。 b:生涯にわたって各種目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:各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、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や自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	ノート レポート 技能観察	ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート

※　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