※令和４年度以降入学生用

学校番号	１０１４

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	ライフスポーツ	単位数	１単位	年次	２年次
使用教科書							
副教材等	担当者作成教材						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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。
・各種目の特性を理解し、基本の技術と審判法を習得して、体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといったかかわりを学び、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

・将来において、豊かなスポーツライフを実現するために何が大切かについて理解できる。
・自分に合ったスポーツライフを設計することができる。
・スポーツライフの設計の仕方についての学習に主体的に取り組む。

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	生涯にわたってスポーツを多様に継続するためには、ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方を見つけることに加え、ライフスタイルに応じた無理のないスポーツへの関わり方が大切であることについて理解する。 ライフステージやライフスタイルによっては、運動に関わる機会が減少することもあるため、仕事と生活の調和を図ること、運動の機会を生み出す工夫をすること、多様な関わり方を実現するための具体的な設計の仕方があることについて、理解する。	ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見する。 豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について、これまで学習したことを基に、将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通じて他者に伝える。	豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習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。

※令和４年度以降入学生用

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)
前期中間	球技　ネット型	オリエンテーション 新体力テスト (女子)球技　ネット型 バドミントン バレーボール (男子) バレーボール バドミントン	a:自身の記録更新のために善処し、体力・技能の違いに配慮して、自己の責任を果たそうとすること。 b: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運動の計画を立てるとともに、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:健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 ノート 技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察
前期期末	球技 ネット型 ゴール型 ベースボール型	(女子) バレーボール フットサル (男子) バドミントン ソフトボール	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:生涯にわたって水泳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:水泳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、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ことなどや、水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 ノート 技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察
	体育理論	・スポーツにおける技術と戦術・戦略 ・スポーツにおける技能と体力 ・技能の上達過程と練習の考え方 ・効果的な動きのメカニズム ・体力トレーニング ・運動やスポーツでの危険予知と安全確保	a:スポーツの技術的な側面について、発言したり書き出したりしている。 b:スポーツを実際に行うにあたって、特性・特徴を理解し、必要な情報を比較したり分析したりすることができる。 c:スポーツを科学的に学習し、意見交換や自身の考えを発表するなどして、学習に主体的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 ノート 体育理論のテスト	受講態度の観察 レポート 体育理論のテスト	受講態度の観察

※令和４年度以降入学生用

後期中間	球技　ゴール型　ネット型　陸上競技	(女子) バスケットボール テニス (男子) サッカー 陸上競技	a:技術の技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身に付けている。 b:生涯にわたって球技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:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイ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、作戦などについての話し合いにこうけんしようとすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 ノート 技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察
後期期末	球技　ゴール型　ネット型　陸上競技	(女子) ゴルフ 陸上競技 (男子) バスケットボール テニス	a:　技術の技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:　生涯にわたって長距離を走ること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:走ることの楽しさや喜びを味わうことができるよう、自身の記録と真摯に向き合うこと、ペアの記録をしっかりと管理することや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 ノート 技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察 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