学校番号	1202

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２単位	年次	１年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店）						
副教材等	現代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）

・集団行動や各種の運動を通して、自己の能力に応じた基礎・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。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
運動の合理的、計画的な実践を通して、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つけるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】
生涯にわたって運動を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、自己の考えたことを他者に伝える力を養う。
【学びに向かう力、人間性等】
運動を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たすなどの意欲を育てるとともに、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	・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。 ・スポーツの歴史、文化的特性、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、技能の向上につなげる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みを工夫できる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、他の運動や実生活に生かす。	・体調を整え、実技に参加する。 ・仲間と連携・協力して準備や片付けなど行い、各種目を楽しむ。 ・協調性・安全性の確保ができ、また勝敗や結果を受け入れ、個人の技能・能力を客観的に判断できる。 ・公正・協力・責任など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・2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 実生活に生かす運動の計画	a:体つくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、自他の体力の違いや体の状態に配慮して健康・安全を確保して学習に自主的に取り組んでいる。 b:ねらいに応じて健康保持増進や調和のとれた体力の向上を図る計画を立てるとともに、自己の課題に応じて、運動の取り組み方を工夫している。 c:自主的に課題に取り組み、仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・態度、取り組み点
	バレーボール	ネット型 バレーボール	a:バレーボールにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:バレーボールの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・ゲーム ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点
	水泳	水泳（主にクロール）	a:クロールの特性に応じた、効率的な泳法を身につけている。 b:適切なフォームで泳ぐことができている。 c:自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。	・観察 ・タイム測定	・観察 ・フォームチェック	・観察 ・態度、取り組み点
	陸上競技（男子のみ）	ハードル走 走り幅跳び 走り高跳び	a:好記録を残すことができる。 b:適切なフォームで走る、跳ぶことができている。 c:自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。	・観察 ・タイム測定	・観察 ・フォームチェック	・観察 ・態度、取り組み点

	テニス（女子のみ）	ネット型 テニス	a:テニスにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:テニスの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:テニスの学習に自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・ゲーム ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点
	ラグビー（男子のみ）	ゴール型 ラグビー	a:ラグビーにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:ラグビーの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:ラグビーの学習に自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・ゲーム ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点
	器械体操（女子のみ）	マット運動	a:各種目の技術や技の名称、表現の仕方を理解している。 b:各種目を適切なフォームで表現することができている。 c:自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・スキルテスト ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点
	ハンドボール（女子のみ）	ゴール型 ハンドボール	a:ハンドボールにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:ハンドボールの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:ハンドボールの学習に自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・ゲーム ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点

3学期	陸上競技	長距離走	a:体力の高め方、課題解決の方法などを理解している。 a:好記録を残すことができる。 b:ペースの変化に対応するなど自分に合った走り方ができるようになる。 c:健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	・観察 ・タイム測定	・観察 ・ワークシート ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点
	体育理論	体育理論 スポーツの文化的特性や現代のスポーツ の発展 スポーツの発祥と発展	a:スポーツの技能や体力、技術、運動のメカニズムなどについて理解している。 b:教科書から適切な正答を抜き出すことができる。 c:体調を整え、授業に参加することができる。	・観察 ・ワークシート	・観察 ・態度、取り組み点	・観察

※　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