※令和４年度以降入学生用

学校番号	３０２４

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

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・日々の授業に意欲的に参加し、運動を通して他者との交流を深めよう。
・集団行動や各種目の中で、運動技能・体力や筋力を高めよう。
・他者と協力して計画的に取り組み、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・技能
　ライフステージと健康について知識や理解を深めるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図る。
思考・判断・表現
　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運動場面だけでなく日常生活で生かせるよう、適切に判断する能力を養う。
主体的に学習に取り組む態度
　心と体を一体としてとらえ、健康・安全に留意し、積極的に運動する態度を育てるとともに、運動の合理的、計画的な実践を通して自ら授業を作り上げる能力を養う。

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。	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、実生活に生かせている。	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	集団行動　体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	a:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。 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: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、体力の違いに配慮しようとすること、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。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
	球技	男子 バレーボール	a:レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどの基本を着実に身につけ、多彩な連携プレーを組み立てられるようにする。 b:攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:バレーボールに自主的に取り組むとともに、作戦などについての話合い、教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
		女子 ハンドボール	a:パス・ドリブル・シュート・ゴールキーピングなど基礎的な技能を身につけ、ゲーム中の、オフェンス・ディフェンス・ゴールキーパーとの連携などの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身につけることができる。 b:攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:ハンドボールに自主的に取り組むとともに、作戦などについての話合い、教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート

※令和４年度以降入学生用

前期	水泳（女子） ダンス（男子）	水泳 クロール 平泳ぎ 背泳ぎ	a:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けていると同時に、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、マナーやルールを大切にしようとする態度や自己責任を果たそうとする、自らの命を守るために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。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
	水泳（男子） ダンス（女子）	ダンス	a:柔軟性・力強さ・動きの速さなど、ダンスに必要な動きを知り、それらを高めるための効率的なトレーニングの方法について理解できる。 b:表現などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる c:ダンスに自主的に取り組むとともに、自己の責任を果たそうとすること、健康・安全を確保することができる。	技能観察 レポート ノート	出席状況 受講態度の観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
後期	器械体操	器械体操 マット運動 跳び箱運動	a:マット運動、跳び箱の技を、系統的に理解することができる。 b:各種の技の特性を知り、技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:マット運動、跳び箱の技能を知り、技能の獲得のために、互いに補助をしあったりして、積極的に練習に取り組むことができる。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート

※令和４年度以降入学生用

後期	体育理論	スポーツにおける技能と体力 スポーツにおける技術と戦術 技能の上達過程と練習 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安全の確保	a:様々な運動種目について、それぞれがどのような運動技術を必要とするのか、体力の構成要素について正しい知識をもつことができる。 b:自らの体力を分析し、日常生活のなかで、適切な運動を選択することができる。 c:体力の構成要素について知り、体力と運動技能のかかわりについて、積極的に学習できる。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
	球技	男子 ラグビー	a:トライや、ゴールで得点することを競い合うゲームの特性と技能の構造を正しく理解できる。 b:攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:ラグビーに自主的に取り組むとともに、作戦などについての話合い、教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
		女子 バレーボール	a:レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどの基本を着実に身につけ、多彩な連携プレーを組み立てられるようにする。 b:攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:バレーボールに自主的に取り組むとともに、作戦などについての話合い、教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート

※令和４年度以降入学生用

後期	陸上競技	陸上競技 長距離走 LSD 15 分間走	a:自分にあったペースを維持して一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり競走したりすることができる。 b:速く走るための動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:長距離走に自主的に取り組むとともに、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート 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