※令和４年度以降入学生用

学校番号	１００５

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（２年女子）	単位数	２単位	年次	２年次
使用教科書	なし						
副教材等	なし						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・様々な種目を実践し，興味関心を持とう。
・体力の向上を目指そう。
・種目を通して，人間関係の作り方やコミュニケーションの取り方など，様々なことを学ぼう。
・ルールを理解し，安全に留意し，取り組めるようにしよう。

２　学習の到達目標

・運動の合理性，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。
・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，自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
・運動における競争や協働の経験を通して公正，協力，責任感を養う。また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	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継続することができるようになる。 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。	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できるようになる。 自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を身につける。 他者とのコミュニケーションを円滑に行えるよう，言動に気を配ることができるようになる。	運動場面における競争や協働の経験を通し，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するなどの意欲を身につける。 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身につける。 それぞれの役割を理解した上で，取り組む姿勢を理解する。

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)
1学期	サッカー・体育理論	パス シュート リフティング グループ練習 リーグ戦 試合映像の分析	a:サッカーの特性に応じて、ゲームを展開するための作戦や技能，仲間との連携した動きを身に付けている。 パスやシュート技術の習得，パスの種類や戦術を理解している。 b:生涯にわたって球技を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。 グループ活動の際に，他者とコミュニケーションを取りながら練習やスキルテストを行うことができる。 c:フェアプレイを大切にすること，自己責任を果たすこと，作戦などについての話し合いに参加することができる。 健康・安全を確保して，自主的に取り組もうとしている。	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート	・観察 ・ワークシート

※令和４年度以降入学生用

	テニス・体育理論	フォアハンドストローク バックハンドストローク ボレー サーブ ゲーム	a:テニスの特性に応じた，ラケットの扱い，ゲームを展開するための作戦や技能，仲間との連携した動きを身に付けている。 ラケットの持ち方やストローク，サーブや戦術などを理解している。 b:生涯にわたって球技を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。 グループ活動の際に，他者とコミュニケーションを取りながら練習やスキルテストを行うことができる。 c:フェアプレイを大切にすること，自己責任を果たすこと，作戦などについての話し合いに参加することができる。 健康・安全を確保して，自主的に取り組もうとしている。	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート	・観察 ・ワークシート
	水泳・体つくり運動	平泳ぎの泳法練習， 平泳ぎ５０ｍタイムトライアル 泳力の判定 補強運動 柔軟運動	a:水泳の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。 水泳の特性に応じた，効率的な泳法ができる。正しい姿勢で泳ぎ続けることができる。 b:生涯にわたって水泳を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。 他者とコミュニケーションを取り，技術の改善に言及している。 c:マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たすことなどの他にも，水泳の事故防止に関する心得など，健康・安全を確保して，自主的に取り組もうとしている。	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート	・観察 ・ワークシート

※令和４年度以降入学生用

２学期	バレー・体育理論	オーバーハンドパス アンダーハンドパス スパイク サーブ ゲーム	a:バレーボールの特性に応じてゲームを展開するための作戦や技能,仲間と連携した動きを身に付けている。 パスやサーブの技術の習得,パスの種類や戦術を理解している。 b:生涯にわたって球技を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。 グループ活動の際に,他者とコミュニケーションを取りながら練習やスキルテストを行うことができる。 c:フェアプレイを大切にすること，自己責任を果たすこと，作戦などについての話し合いに参加することの他にも，健康・安全を確保して,自主的に取り組もうとしている。	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート	・観察 ・ワークシート
	ダンス・体つくり運動	テーマに合った簡単な動きの創作 設定されたテーマに合わせた創作ダンスの作成 発表 鑑賞、評価 柔軟運動	a:演技特有の技能やイメージを深めた表現方法が身についている。 技術やダンスの名称、用語、表現の仕方など、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。 グループ活動の際に,他者とコミュニケーションを取りながら円滑に活動を進めることができる。 c:ダンスを通して互いの違いや良さを認めあうこと、よい演技を讃えること、マナーを大切にすることや自己責任を果たすなどして、自主的に取り組んでいる。	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート	・観察 ・ワークシート

※令和４年度以降入学生用

３学期	持久走	ロングスローディスタンストレーニング １２分間走 シャトルラン	a:持久走の特性に応じた，フォームやペース配分などを理解している。またそれらの技能を身に付けている。 b:生涯にわたって持久走を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:自己の現段階の体力を受け止めながら体力向上に努め，取り組もうとしている。	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート	・観察 ・ワークシート
	卓球・体育理論	グリップ ストローク サーブ ダブルスゲーム	a:卓球の特性に応じて、ゲームを展開するための作戦や技能，仲間と連携した動きを身に付けている。 グリップの種類の理解やラリーのためのストローク、サーブの技術の習得をしている。 b:生涯にわたって球技を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。 グループ活動の際に，他者とコミュニケーションを取りながら練習やスキルテストを行うことができる。 c:フェアプレイを大切にすること，自己責任を果たすこと，作戦などについての話し合いに参加することの他にも，健康・安全を確保して，自主的に取り組もうとしている。	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート	・観察 ・ワークシート

※　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