※令和４年度以降入学生用

学校番号	219

令和８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						
副教材等	新高等保健体育ノート　大修館						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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る。
・運動の楽しさや喜びを深く味わうことをできるようにする。
・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る。
・健康と安全を確保して、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育てる。

2　学習の到達目標

(1)　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豊かに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。
(2)　生涯にわたって運動を豊かに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。
(3)　運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、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	選択した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、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、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方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、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。

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	集団行動　体つくり運動 陸上競技　ダンス　バレーボール　水泳 陸上競技　柔道　ラグビー	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐし運動 新体力テスト 女子: 【陸上競技】短距離走 【球技】バレーボール 【ダンス】ダンス 【水泳】水泳 男子: 【陸上競技】短距離走 【球技】ラグビー 【武道】柔道	球技 a:球技に関連した体力の高め方について、学習した具体例をあげている。攻防を展開するための状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きができる。 b:課題解決の過程を踏まえて、取り組んできたチームや自己の目標と成果を検証し、課題を見直している。 c:球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 武道 a:伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。武道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。 b:生涯にわたって柔道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:武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、伝統的な行動の仕方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・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 ダンス a: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。各種目の特性の応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現が身につけている。 b: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:健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 水泳 a:技術の名称や行い方について、学習した具体例をあげている。平泳ぎでは、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 b:自己の課題に応じて、適切な練習方法を選んでいる。 c:水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。 陸上 a:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につけている。 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:各種目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ること、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ことなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	スキルテスト 観察 レポート	スキルテスト 観察 レポート	スキルテスト 観察 レポート
2	陸上競技　ダンス　バレーボール 陸上競技　柔道　ラグビー　水泳	女子: 【陸上競技】ターボジャブスロー・走り幅跳び・ハードル走 【球技】バレーボール 【ダンス】ダンス 【水泳】水泳 男子: 【陸上競技】ターボジャブスロー・走り幅跳び・ハードル走 【球技】ラグビー 【武道】柔道 【水泳】水泳		スキルテスト 観察 レポート	スキルテスト 観察 レポート	スキルテスト 観察 レポート

※令和４年度以降入学生用

2	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 運動やスポーツの効果的な学習の仕方 豊かなスポーツライフの設計の仕方	a:スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展、運動やスポーツの効果的な学習の仕方、豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。 b: スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展、運動やスポーツの効果的な学習の仕方、豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい課題解決に向けて思考し判断することができる。また、それを他者に伝えることができる。 c: スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展、運動やスポーツの効果的な学習の仕方、豊かなスポーツライフの設計の仕方について自主的に取り組むことができる。	レポート テスト	レポート テスト	レポート テスト
3	陸上競技 ラグビー バスケットボール	【陸上競技】 持久走 【球技】 男子 ラグビー 女子 バスケットボール	陸上（持久走） a:陸上競技に関連した体力の高め方について、学習した具体例を挙げている。ペースの変化に対応するなどして走ることができる。 b:陸上競技を生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。 c:陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。	スキルテスト 観察 レポート	スキルテスト 観察 レポート	スキルテスト 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