学校番号	３０３４

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（ダンス・バドミントン）	単位数	１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）

自己の能力に応じた「体力・技術」の向上に関心を持ち、安全面に留意しながら、積極的に運動に参加する姿勢を身につける。
各種目の特性・自己の身体特性を理解し、自他の動きを分析することで、「体力・技術」の上達段階に応じた効率的な運動に対するアプローチ手法を工夫する力を身につける。

2　学習の到達目標

・自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めることができる。
・心と体を一体として捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。
・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、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り適切に判断する能力を養う。
・運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わうとともに、健康や安全を確保して学習に取り組むことができる。

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、発表や練習の仕方、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。また、運動域の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開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。	生涯にわたるスポーツライフの実現を目指し、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、考えたことを他者に伝えている。また、体力や技能を向上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、考えたことを他者に伝えている。	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わうことが出来るよう、健康や安全を確保して学習に取り組もうとしている。 また、結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断し、公正・協力・責任等の態度を身に付けようとしている。
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。			

授業について

体力向上のため、サーキットトレーニングやランニングを取り入れます。

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学期	ダンス	体ほぐし 基本運動 エアロビクス 基本運動の連続 ヒップホップ	a:基本運動を連続しておこない、美しく動ける体づくりと、動きのスムーズな変化を身に着けている。 a:ﾘｽﾞﾑに合わせて楽しく踊る。 b:個々の状況や課題に応じた取り組みについて、相互にアドバイスをしている。 c:ストレッチや体ほぐし運動で、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、自分の体や心の状態を積極的に理解する。	受講態度の観察 技能観察 ワークシート 発表	受講態度の観察 技能観察 ワークシート	受講態度の観察 技能観察 ワークシート
2学期	ダンス	フォークダンス 創作ダンス	a:基本運動を連続して行い、美しく動ける体づくりと、動きのｽﾑｰｽﾞな変化を身につける。 a:表したいテーマにふさわしいイメージをとらえ、個や群で、対極の動きや空間の使い方で変化をつけて表現したり、作品にまとめたりする。 b:個々の状況・課題に応じた取り組みについて、相互にアドバイスをしている。 b:イメージをふくらませ、即興的に表現する。 c:文化的背景や踊り方の特徴を強調して動こうとする。 c:音楽に合わせた多様なステップや動きと組み方で仲間と対応して踊ろうとする。	受講態度の観察 技能観察 ワークシート 発表	受講態度の観察 技能観察 ワークシート	受講態度の観察 技能観察 ワークシート

3学期	球技 ネット型	バドミントン ・ストローク ・サーブ ・ゲーム	a: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。 a:個人技能を段階的に習得している。 b:個々の状況・課題に応じた取り組みについて、相互にアドバイスをしている。 c:準備・片づけを積極的に行う。	受講態度の観察 技能観察 ワークシート 技能テスト	受講態度の観察 技 能 観察 ワークシート	受講態度の観察 技能観察 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