※令和４年度以降入学生用

| 学校番号 | ２１１ |
|---|---|

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 | ３年次 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 使用教科書 | 現代高等保健体育「保健体育」　（大修館書店） | | | | | | |
| 副教材等 | 「Active sports 2023」　（大修館書店） | | | | | | |

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、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。
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

2　学習の到達目標

・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。また、班活動の中で、自主性・協調性を高める。
・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。

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。<br>記録や技能向上に挑戦する。<br>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付ける。 | 知識を活用し、技能向上につなげる。<br>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。<br>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。<br>学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。 | 自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。<br>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。<br>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。<br>公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。 |

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。

※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 | 球技選択① | オリエンテーション<br>班分け<br>単元計画(10時間作成)<br>ネット型<br>レクリエーションバレー<br>バドミントン<br>卓球<br>ゴール型<br>フットサル<br>ハンドボール<br>アルティメット<br>体つくり運動 | a:球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身に付けている。<br>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。<br>b:生涯にわたって当該種目を豊かに実践するための自己課題に応じた運動の取り組み方を計画し工夫している。<br>c:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、作戦などについての話合いに貢献しようとすることなどや、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<br>客観テスト | 授業計画ノート<br>班活動 | 受講態度の観察<br>振り返り<br>授業参加 |
| | 水泳 | クロール<br>平泳ぎ<br>距離泳 | a: 水泳の特性に応じた技術を身に着け、体力の高め方を理解している。<br>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。<br>c: 水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように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。 | 技能の観察<br>計測 | 技能の観察<br>レポート | 受講態度の観察 |

※令和４年度以降入学生用

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 2学期 | 水泳 | クロール<br>平泳ぎ<br>距離泳 | a: 水泳の特性に応じた技術を身に着け、体力の高め方を理解している。<br>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。<br>c: 水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように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。 | 技能の観察<br>計測 | 技能の観察<br>レポート | 受講態度の観察<br>授業参加<br>レポート |
| | 球技選択② | 班分け<br>単元計画（10時間作成）<br>ネット型<br>レクリエーションバレー<br>バドミントン<br>卓球<br>ゴール型<br>フットサル<br>ハンドボール<br>アルティメット | 球技選択①と同じ | 技能の観察<br>客観テスト | 授業計画ノート<br>班活動 | 受講態度の観察<br>振り返り<br>授業参加 |
| 3学期 | 球技 | サッカー<br>キックベース | a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にし、作戦などについての話し合いに貢献し、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。<br>b：生涯にわたって球技を豊かに実践するための、運動の取り組み方を工夫している。<br>C:球技の特性に応じて、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や、仲間との連携した動きを身につけている。 | 技能の観察<br>客観テスト | 班活動 | 受講態度の観察<br>授業参加 |

※令和４年度以降入学生用

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 体育理論 | 運動・スポーツの学び方<br>・スポーツの技術と技能<br>・技能の上達過程と練習<br>・技能と体力<br>・体力トレーニング<br>・運動・スポーツにおける安全の確保 | b:技術と技能の違い、技能と体力の関係やそれらの高め方、目的に応じたさまざまなトレーニングの方法、ケガに関する危険性とその予防法などについて、必要な情報を比較したり分析し、まとめた考えを説明できる。<br>c: 技術と技能の違い、技能と体力の関係やそれらの高め方、目的に応じたさまざまなトレーニングの方法、ケガに関する危険性とその予防法などについて、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしてる。 | | レポート | 受講態度の観察 |

※　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