| 学校番号 | J3026 |
|---|---|

# 令和８年度　保健体育科

| 学年 | 2 | 週授業コマ数 | 3 | 授業時数(45 分) | | 標準授業時数(50 分) | ○ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 使用教科書 | 新編　新しい保健体育（東京書籍　出版） | | | | | | |
| 副教材等 | 新編　新しい保健体育　学習ノート（東京書籍　出版） | | | | | | |

## 1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

よりよく生活していくためには「健康」であることがとても大切です。
保健体育の授業では、健康に対する基本的な考え方や知識をもとに、実生活の中で課題を解決したり、健康的な生活を実践できるようにすることを目指します。体育では、個人種目で自己の記録更新に挑戦したり、チームで協力してプレーすることを通して、運動技能だけでなく健康・安全に対する関心を高めていきます。様々な運動・スポーツを体験することで、自分が興味を持てる運動・スポーツにも出会えることでしょう。保健では、日常生活の中で意識的に健康の保持増進を図っていけるよう、学習を進めていきましょう。

## 2　学習の到達目標

体育や保健の見方・考え方を働かせ，課題を発見し，合理的な解決に向けた学習過程を通して，心と体を一体として捉え，生涯にわたって心身の健康 を保持増進し豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。
(1)各種の運動の特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全に ついて理解するとともに，基本的な技能を身に付けるようにする。
(2)運動や健康についての自他の課題を発見し，合理的な解決に向けて思考し判断するとともに，他者に伝える力を養う。
(3)生涯にわたって運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を 目指し，明るく豊かな生活を営む態度を養う。

## 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 | ・「運動の特性や成り立ち」、「技術（技）の名称や行い方」、「その運動に関連して高まる体力」、「伝統的な考え方」、「表現の仕方」など、具体的な知識と汎用的な知識を関連させて理解できるようにする。<br><br>・運動の行い方や健康・安全の確保の仕方などの科学的知識を基に運動の技能を身に付けることができる。<br><br>・各領域における技能や攻防の様相、動きの様相など、運動を通して、各領域の特性や魅力に応じた楽しさや喜びを味わうことができる。<br><br>・運動を豊かに実践することを目指して、各領域の基本的な技能や動きを身に付け、記録や技に挑戦したり、簡易な試合や発表の運営ができる。 | ・基本的な知識や技能を活用して、学習課題への取り組み方を工夫できるようにし、自己や仲間の課題の発見や解決に向けて考えたことを、他者にわかりやすく伝えられるようにする。<br><br>・各領域の特性に応じて、改善すべきポイントを発見することや、課題に応じて適切な練習方法を選ぶことができる。 | ・公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を持つことができる。<br><br>・各領域に対して、積極的に取り組むことができる。 |
| 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。 | | | |

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 | 体つくり運動 | 体ほぐしの運動<br>体の動きを高める運動/実生活に生かす運動の計画 | a: 体つくり運動の意義と行い方、体の動きを 高める方法などを理解するとともに、目的に適した運動を身に付け、組み合わせることができる<br>b: 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる<br>c: 積極的に取り組むことができる | 課題提出 | 課題提出 | 行動観察 |
| | 球技 | ゴール型<br>ハンドボール | a: ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防ができる<br>b: 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な 解決に向けて運動の取り組み方を工夫すると ともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる<br>c: 積極的に取り組むことができる | 課題提出<br>実技試験 | 課題提出 | 行動観察 |
| | 水泳 | 平泳ぎ | a: 泳法を身に付け、水泳の特性や成り立ち、技術の名称や行い 方、その運動に関連して高まる体力などを理解する<br>b: 泳法などの自己の課題を発見し、合理的な 解決に向けて運動の取り組み方を工夫すると ともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる<br>c: 運動に積極的に取り組むことができるとともに、自分や他者の安全に配慮することができる。 | 課題提出<br>実技試験 | 課題提出 | 行動観察 |
| 2 | 体育理論・保健 | (体育理論)<br>運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方<br>(保健)<br>保健編<br>3章、4章<br>傷害の防止<br>健康な生活と疾病の予防<br>喫煙・飲酒・薬物乱用の要因と適切な対処 | a: 運動やスポーツの意義や効果と学び方や安全な行い方について理解することができる<br>健康水準の向上, 疾病構造の変化に伴い, 健康についての考え方も変化してきていることについて理解している。また、各問題に対して、正しい知識を持ち、適切な予防を理解している。<br>b: 現代社会に起こっている様々な問題や事象について理解し、その予防と対応について、適切に発表ができる。また、運動やスポーツの意義や効果と学び方や安 全な行い方について、自己の課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、 他者に伝えることができる<br>c: 積極的に取り組むことができる | 筆記試験 | 試験<br>課題提出 | 行動観察 |
| | 武道 | 剣道 | a: 技ができる楽しさや喜びを味わい、武道の特性や成り立ち、伝統的な考え方、技の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本動作や基本となる技を用いて簡易な攻防を展開できる。剣道においては、相手の動きに応じた基本動作や基本となる技を用いて、打ったり受けたりするなどの簡易な攻防を展開できる<br>b: 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる<br>c: 武道に積極的に取り組むことができるとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を守ろうとすること、分担した役割を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認めようとすることができる。 | 課題提出<br>実技試験 | 課題提出 | 行動観察 |
| | 球技 | ネット型<br>バレーボール | a: ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防ができる<br>b: 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な 解決に向けて運動の取り組み方を工夫すると ともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる<br>c: 積極的に取り組むことができる | 課題提出<br>実技試験 | 課題提出 | 行動観察 |
| 3 | 陸上競技 | 長距離走<br>走り高跳び | a: 陸上競技の特性や成り立ち、技術の名称や行い方、その運動に関連して高まる体力などを理解し、基本的な動きや効率のよい動きを身に付けることができる<br>b: 動きなどの自己の課題を発見し、合理的な 解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる<br>c: 積極的に取り組むことができる | 課題提実技試験 | 課題提出 | 行動観察 |

※ 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