※令和４年度以降入学生用

学校番号	3032

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（１年）	単位数	２単位	年次	１年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店出版）						
副教材等							

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・体力や筋力を高める活動をします。
・積極的に取り組むことで興味・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、運動へのさまざまな関わり方を学び、自分にあったスポーツライフや生涯スポーツを考えてみましょう。

２　学習の到達目標

＜知識・技能＞
各種目において、基本的な知識・技能を身につけ、種目ごとの特性やルールを理解する。
＜思考・判断・表現＞
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とともに、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。
＜主体的に学習に取り組む態度＞
心身の健全な育成をはかり、スポーツの楽しさ、身体活動の爽快さを学習するとともに、ルールやマナーを遵守する姿勢や礼儀を学び、習得する。

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、課題解決の方法、練習や発表の仕方、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。 技能の上達過程や動きのﾒｶﾆｽﾞﾑ、体力ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞの具体的な方法などを理解している。 運動の合理的な実践を通して、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つけている。	知識を活用し、技能向上につなげることができる。 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。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、日常生活に生かすことができる。 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を工夫できる。	運動の楽しさや喜び自主的に味わおうとする。 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。 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、参画などの態度や意欲を身につけようとしている。

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。

※令和４年度以降入学生用

４　学習の活動

学期	単元	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
全学期	集団行動　体つくり運動	集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力を高める運動	a:体を動かす楽しみや心地よさを味わい、健康の保持増進を図り、運動を行うことができる。 b: ねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、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: 体つくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとすること、自己責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
	体育理論	人間にとって「動く」とは何か スポーツの始まりと変遷 文化としてのスポーツ オリンピックと国際理解 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ倫理	a:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、言ったり書き出したりしている。 b:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、必要な情報などを比較したりしてまとめた考えを説明できる。 c:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、学習に自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
	球技	ネット型 卓球	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。 b：生涯にわたって卓球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している。 c：卓球の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
1学期	陸上(	短距離 跳躍	a:短距離走特有の技能を身につける。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。 b:生涯にわたって陸上競技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している。 c:陸上競技の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度

※令和４年度以降入学生用

	武道（男子）	柔道	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。 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している。 c：柔道の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
	ダンス（女子）	リズムダンス	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。 b：生涯にわたってダンス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している。 c：ダンスの楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
	水泳	クロール	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。 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している。 c：水泳の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
２学期	球技	ゴール型 ハンドボール	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。 b：生涯にわたってハンドボール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している。 c：ハンドボールの楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
	武道（男子）	柔道	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。 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している。 c：柔道の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度

※令和４年度以降入学生用

	ダンス（女子）	創作ダンス	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。 b：生涯にわたってダンス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している。 c：ダンスの楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度
3学期	陸上競技	長距離走	a:長距離走特有の技能を身につける。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。 b:生涯にわたって陸上競技を豊かに実践するための事故の課題に応じた運動の取り組み方をしている。 c:陸上競技の楽しさや喜びを味わおうとしている。マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たそうとしている。健康や安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	テスト	テスト 振り返りシート レポート	振り返りシート 授業態度

※　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