学校番号	213

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（女子）	単位数	２単位	年次	２年次
使用教科書							
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続することができる資質や能力をつけましょう。
・競技の特性、規則などを理解し、仲間と協力し意欲的に取り組みましょう。
・自己の能力に応じた運動技能の上達や、体力の向上に努めましょう。
・仲間を応援したり励ましたりしながら心理的成長を促し、運動の楽しさや喜び、
　達成感を一緒に味わいましょう。
・課題を達成するための工夫や創造をチームで表現できるよう努力しましょう

2　学習の到達目標

＜知識及び技能＞
・運動に関する知識を深め、自らの体力に応じて技能を高めることができる。
＜思考力・判断力・表現力等＞
・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に活かせるよう、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。
＜学びに向かう力・人間性等＞
・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。

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。 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。	自ら考え、知識を活用し、技能向上につなげる。 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。 運動を継続し、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、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。 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。 公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。 粘り強く、運動が上達するためにどのようなことをすればよいか、また、自らの運動能力を理解し、取り組んでいる。 記録や技能向上に積極的に挑戦する 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。
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学期	球技	・からだつくり運動 ・ゴール型 バスケットボール ・ネット型 卓球	a:技術の名称や特性を理解し、その場に応じた技能を発揮できる。 b:チームや個人の課題を発見し、課題解決に向けて工夫して取り組んでいる。 c:課題に応じた学習に主体的に取り組んでいる。 d: 集団活動を工夫し、競争協同を心がけている。	技能観察 技能テスト	技能テスト レポート	受講態度の観察 レポート

	水泳	・水泳 クロール、平泳ぎ、背泳ぎ	a:効率的な泳法を身に付ける。 a:正しい技法を知ることができる。 b:自己の課題を知り、練習に励むことができる。 c：：ルールやマナーを守り、安全には十分留意している。 c: 自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。	技能観察 技能テスト	技能テスト レポート	受講態度の観察 レポート
2学期	ダンス	基本の動き作り エアロビクス リズムダンス グループ創作	a:基本のステップを使いながら踊ることができる。 b:テーマに対して自己のイメージ通りに身体を動かし、表現の方法を工夫しながらひとまとまりの動きが出来るようになる。 c:ダンスの基本的な身体の使い方が出来るように主体的に取り組む。 C:創作では、グループ内でお互いの動きを教えあい、仲間と協力しながら作品を作ることが出来る。グループでひとつの作品を作り上げる喜びを知る。 c:基本の動きの名称や、特性を知った上で、動きや隊形の変化を工夫し、仲間とともによりよい作品を作るために、研鑽協力が出来ている。	技能観察 技能テスト 実技ノート	技能テスト レポート 実技ノート	受講態度の観察 レポート

2学期	球技	ゴール型 サッカー	a:技術の名称や特性を理解し、その場に応じた技能を発揮できる。 b:チームや個人の課題を発見し、課題解決に向けて工夫して取り組んでいる。 c:課題に応じた学習に主体的に取り組んでいる。	技能観察 技能テスト	技能テスト レポート	受講態度の観察 レポート
3学期	陸上競技(長距離走) 体育理論	・体育理論 ・距離走 LSD(25分間)走 2500M走 ペース走	a:正しい走法理解し、技能を向上させることができる。 b:記録向上の要素を知り、工夫して取り組むことができる。 b:ペース配分を考え実践することができる。 C:個人の目標を設定し、に主体的に取り組むことができる。	技能観察 技能テスト	技能テスト レポート	受講態度の観察 レポート 振り返りシート

※　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