5　保健体育

学校番号	119

令和２年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	３単位	年次	２年次
使用教科書	最新高等保健体育　改訂版　（大修館書店）						
副教材等	最新高等学校保健体育ノート〔改訂版〕　（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。
・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　学習評価(評価規準と評価方法)

観点	a:関心・意欲・態度	b:思考・判断	c:運動の技能	d:知識・理解
観点の趣旨	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。 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。 公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。	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り組を工夫できる。 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、実生活に生かせる。	記録や技能向上に挑戦する。 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。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	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。
評価方法	受講態度の観察 レポート 等	レポート 等	技能観察 等	レポート 等

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	主な評価の観点				単元(題材)の評価規準	評価方法
			a	b	c	d		
1学期	(女子)陸上競技・球技・水泳	【女子】 陸上競技 短距離走 ハードル走 球技 ネット型 (テニス) ネット型(バレーボール)	○		○	○	a:各種目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合いに貢献しようとしている。 互いの違いや良さを認め合い、勝敗を冷静に受け止めること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 c:状況に応じたラケット操作、ボール操作や、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。記録の向上や技能を高めることができている。 d: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。	受講態度の観察 技能観察 レポート
		水泳 クロール 平泳ぎ 背泳ぎ	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなどや、水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 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工夫している。 c:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 d:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 技能観察

	(男子)武道・陸上競技・球技	【男子】 武道(柔道) 陸上競技 短距離走 ハードル走 球技 ネット型(バレーボール)	○		○	○	a:各種目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合いに貢献しようとしている。武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすることや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。 c:状況に応じたボール操作や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、攻防を展開することができる。武道の特性に応じた、攻防を展開するための技を身に付けている。 d:技術や技の名称や行い方、伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
2学期	(女子)ダンス・球技	【女子】 ダンス 現代的リズムのダンス 球技 ベースボール型 (ソフトボール) ゴール型 (アルティメット)	○	○	○		a:各種目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合いに貢献しようとしている。 互いの違いや良さを認め合い、勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 b:生涯にわたってスポーツ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。 c:状況に応じたボール操作、バット操作などによって攻防を展開することができる。感じを込めて踊ったり、イメージを強調した作品にまとめて踊ったりすることができる。	受講態度の観察 レポート 技能観察

	(男子)水泳・球技・武道	【男子】 水泳 クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなどや、水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 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工夫している。 c:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 d:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
		球技 ネット型(テニス) ベースボール型 (ソフトボール) 武道(柔道)	○		○	○	a:各種目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、勝敗を冷静に受け止めることができる。武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとすることや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。 c:状況に応じたラケット操作・ボール操作によって攻防を展開することができる。武道の特性に応じた、攻防を展開するための技を身に付けている。 d:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察

3学期	(男女)陸上競技	【男女】 陸上競技 長距離走	○	○	○	○	a:陸上競技に主体的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしし、記録の向上や競争の楽しさや喜びを一層深く味わうことができるようにする。健康や安全を確保して取り組もうとしている。 b: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:自己に適したペースを維持して走ったり、仲間のペースの変化に応じて走ったりすることができる。 d:体力の高め方、課題解決の方法、運動観察の方法を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察
	(女子)ダンス　(男子)球技	【女子】 ダンス 創作ダンス 現代的リズムのダンス 【男子】 球技 ゴール型 (バスケットボール)	○		○	○	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ようとすること、自己責任を果たそうとすること、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。 c:状況に応じたボール操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防を展開することができる。リズムの特徴を強調して全身で表現し、交流や発表ができる。 d: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、チームや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できるようになる。	受講態度の観察 レポート 技能観察

	体育理論	運動・スポーツの文化的特徴 ・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理論	○	○		○	a:オリンピックやドーピングについての学習に自主的に取り組もうとしている。 b:オリンピックやドーピングについて、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 d: オリンピックやドーピングについて、言ったり書きだしたりしている。	

※　表中の観点について　a:関心・意欲・態度　　b:思考・判断
　　c:運動の技能　　d:知識・理解

※　原則として一つの単元（題材）で全ての観点について評価することとなるが、学習内容（小単元）の各項目において重点的に評価を行う観点（もしくは重み付けを行う観点）について○を付けている。