学校番号	1101

令和２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	１年次
使用教科書	現代高等保健体育（大修館書店　出版）　（体育理論）						
副教材等	現代高等保健体育ノート（大修館書店　出版）　（体育理論）						

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。 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している
評価方法	受講態度の観察 ノート レポート 等	ノート レポート 体育理論のテスト 等	技能観察 ノート 等	ノート レポート 体育理論のテスト 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		
前期	集団行動　体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐし運動 新体力テスト 体力を高める運動	○	○		○	a: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、自己の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。 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。 d:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。	受講態度の観察 ノート レポート 技能テスト
	球技	バスケットボール	○	○	○	○	a: バスケットボールの基本的な集団技能や個人技能を身につけ、積極的にゲームに臨む。 b:ゲームのなかで、その時々に自らに求められるプレーを、チームメイトとの関係も考慮して適切に選択する。 c: パス・ドリブル・シュートなど基礎的な技能を身につけ、ゲーム中の、オフェンス・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身につける。 d: ゴールへのシュートを競い合うゲームの特性と技能の構造を正しく理解する。	受講態度の観察 ノート レポート 技能テスト

前期	武道	柔道(男子)	○	○	○	○	a: 基本的な技能を身につけ、試合ができるように、積極的に練習するとともに、武道に対する伝統的な考え方や礼儀ついても学習する。 b: 相手の動きに応じて、基本技能を組み合わせて、適切な攻撃や防御の動きを選択する。 c: 受身や、投げ技の「かかり練習」を通して様々な技を身につけ、崩しから掛けるという一連の動作を身につける。 d: 素手で相手と組み合う格闘形式の運動の特性を理解し、「礼」についても正しい知識をもつ	受講態度の観察 ノート レポート 技能テスト
	水泳	クロール	○	○	○	○	a: 陸上運動とは異なる、水中という環境の中で水の特性をつかみ、積極的に泳法を学び取る。 b: 速く、また長く泳ぐために効果的な練習を、自己の能力に応じて考えながら実行する。 c: ビート板などの補助器具を用いるなどして、足の動き、手の動き、息継ぎなどの基礎的な動きを身につける。手の動作と足のタイミングを習得し、正しいフォームで速く・長く泳ぐ。 d: クロールの技能について、正しいイメージをもつ。安全面の配慮を、心肺蘇生法などとも関連させながら理解する	受講態度の観察 ノート レポート 技能テスト

後期	器械運動	マット運動	○	○	○	○	a: マット運動の技能を知り、技能の獲得のために、互いに補助をしあったりして、積極的に練習に取り組む。 b: 各種の技の特性を知り、基本となる技から順を追って系統的、計画的に自己の能力に応じて、危険のないように考えながら練習する。 c: 前転や後転、倒立などの基礎的な技能を着実に身につけた後、自己の能力に応じて、さらに発展した技能を身につけ、それらを組み合わせた演技をする。 d: マット運動の技を、系統的に理解する。器具の点検、補助の仕方など、安全面での配慮の仕方について正しい知識をもつ。	受講態度の観察 ノート レポート 技能テスト
	陸上競技	長距離走	○	○	○	○	a:長距離走を速く走るために、どのようなフォームで走ればよいか、どのような技能が必要であるか考えて取り組む。 b: 速く走るために効果的な練習を、自己や集団の能力に応じて、考えながら実行する。 c: 短距離走とは異なる，ストライド走法、ピッチ走法などから，自分にあったフォームを取り入れ、ペース配分などを考えながら走る。 d: 長く走るために必要な体力を高めるための効果的な練習法やトレーニングについて、正しい知識をもつ	受講態度の観察 ノート レポート 技能テスト

	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論理	○	○		○	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、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:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、オリンピックの意義、ドーピングやスポーツ論理について、言ったり書きだしたりしている。	受講態度の観察 ノート レポート 体育理論のテスト

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

※　年間指導計画（例）作成上の留意点
・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）の各項目において特に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。

※　男子は2展開で授業を行うため、前期と後期（　水泳と長距離走を除く　）を入れ替える