学校番号	１１１

令和２年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（女子）	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	最新高等保健体育　（大修館書店）						
副教材等	なし						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・各種目の特性を深く学び、自己や仲間の課題に応じた解決方法を見つけられるよう協力し、責任を持って主体的に取り組み、運動を楽しむことができるようにしよう。
・正しい服装、安全に配慮し時間、ルールを守り授業に参加できるようにしよう。

２　学習の到達目標

・各種の運動の合理的な実践を通じて、自己の能力に応じて自らの力で運動能力を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうとともに体力の向上を図る。
・運動や健康の科学的な理解の上に立って、運動を通して実践・公正・協力・責任などの社会的態
度を育て、生涯を通じて明るく豊かで活力のある生活を営む資質や能力を育てる。

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みを工夫できる。 運動を継続したり、体力や技術向上をするための計画を考えることができる。	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 ノート レポート 等	受講態度の観察 ノート レポート 等	技能観察 実技テスト 等	受講態度の観察 ノート 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	陸上競技	短距離走、50m走、リレー	○		○	○	a:自己の課題に応じた運動の取り組み方に工夫している b: c:自主的に効率的な方法を見つけようとしている d:技術の名称や走力の高め方、方法を理解している	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
	器械体操	マット運動 接転系 ほん転系 巧技系 演技構成 発表会	○	○	○		a:マット運動の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いの違いや良さを認め合うこと、よい演技を讃えあうこと、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:生涯にわたってマット運動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:　マット運動の特性に応じた、回転系や巧技系の基本的な技を身につける。	受講態度の観察 技能観察
	集団行動　身体つくり運動	オリエンテーション ラジオ体操 体ほぐしの運動 集団行動	○	○	○	○	a:集団の約束やルールを守って行動すること、リーダーの指示に従い行動すること、安全に留意して行動することができる。 b:自己や仲間の課題に応じて運動の取り組み方を工夫している。 c:周囲の様子に気遣いながら、行動のタイミングやリズムを合わせることができる。 d:集団行動のおもな行動様式を理解し、身につけている。運動の行い方、効果、安全の確保の仕方について理解している。	受講態度の観察 技能観察 実技テスト

2	陸上競技	障害走、50mハードル	○		○	○	a:互いに協力して実践課題に応じた取り組みを工夫している。 b: c:安全に自己の能力にあった技術を工夫して身につけている d:技術の名称や行い方、運動の方法を理解している。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
	器械体操	跳び箱運動 切り返し系 回転系 発表会 平均台運動 体操系 バランス系 演技構成 発表会	○	○	○		a:跳び箱運動や平均台運動の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いの違いや良さを認め合うこと、よい演技を讃えあうこと、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:生涯にわたって跳び箱運動や平均台運動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: 跳び箱運動の切り返し系や回転系、平均台運動の体操系やバランス系など、各種目の特性に応じた基本的な技を身につける。	受講態度の観察 技能観察
	球技 ゴール型	サッカー リフティング キック トラップ ボールコントロール ゲーム	○	○	○	○	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することができる。安全に留意し自主的に活動することができる。 ｂ：自己や仲間の技術レベル、課題に応じて運動の取り組み方を工夫している。 ｃ:状況に応じたプレーの選択ができ、また仲間と連携した動きができる。走る、蹴る、といった基本的な運動を実践することができる。 ｄ:サッカーのルールを理解しゲームを行うことができる。	受講態度の観察 技能観察 実技テスト

3	陸上競技	持久走	○	○		○	a:健康に留意し生涯にわたって健康増進する取り組みをしている。 b:自己の能力を判断し生涯健康で体力向上できるよう取り組もうとしている c: d: 体力の高め方、自己判断運動の実践方法を理解している	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
	球技 ネット型	バレーボール アンダーハンドパス オーバーハンドパス アタック ミニゲーム	○	○	○	○	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することができる。安全に留意し自主的に活動することができる。 b: 自己や仲間の技術レベル、課題に応じて運動の取り組み方を工夫している。 c:基本的なパスが身についている。ゲームにおいて適切な声かけをおこない、ラリーを楽しむことができる。 d: バレーボールのルール（特にローテーション）を理解しゲームを行うことができる。	受講態度の観察 技能観察 実技テスト

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