学校番号	3005

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	１年次
使用教科書	現代高等保健体育　改訂版（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）

・自ら進んで基本的運動技能の習得に取り組み、スポーツルールを理解し、ゲームが楽しめるように指導する。
・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う。また、他の生徒と協力し、安全への配慮ができるように指導する。

２　学習の到達目標

・健康・安全についての理解を深め、運動技能を身につけると共に、体力の向上や健康の保持増進を図り、生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力・態度を育てる。
・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 レポート 等	受講態度の観察 レポート 体育理論のテスト 等	技能観察 体育技能テスト 等	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	武道（通年）	武道(柔道) 受身 寝技 立ち技(投げ技)	○	○	○	○	a: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。 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工夫している c:武道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。 d: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
	集団行動　体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操第二 体ほぐしの運動 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 c:運動の特性や目的に応じた、身体の使い方を身に付けている。 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 レポート 技能観察

前期	水泳	水泳 クロール 平泳ぎ	○	○	○	○	a:記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうことができるように、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
後期	陸上競技	陸上競技 短距離走	○	○	○	○	a:記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうことができること、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:生涯にわたって各種目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:各種目の特性に応じた、各種目の技能を身につける。 d:技術や練習方法の行い方、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

	器械運動	器械運動 マット運動	○	○	○	○	a:技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに行うこと、それらを構成し、演技できる。 b:器械運動で行う技は、運動経過の中に逆位の体勢や空中に体を浮かすなど、日常であまり経験しない運動形態が特徴になるので、予備的な運動や動きのアナロゴン(類似的な運動)によって運動感覚を養い、自分の体をコントロールできるようになる。 c:自分の体を支える力や体の柔軟性が求められるため、準備運動などでこのような身体能力を高めておく。自分の能力に適した、技を選んで、練習の仕方や場づくりを工夫し、正しい動き方が身につくようにしている。 d:自分の技を周りの人に観察や撮影をしてもらい回りの人ともその技について考えることができている。器具の点検や安全を十分に確かめるとともに危険を取り除く場づくりができるようにしている。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察

後期	陸上競技	陸上競技 長距離走	○	○	○	○	a:記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうことができること、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:生涯にわたって各種目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:各種目の特性に応じた、各種目の技能を身につける。 d:技術や練習方法の行い方、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

※　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

※　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。