学校番号	１０８

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	２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）						
副教材等	なし						

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	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、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方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。	選択した運動の技術（技）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、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価方法	受講態度の観察 ノート レポート 等	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 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	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 体ほぐしの運動 体力を高める運動	○	○		○	a：健康・安全を確保して体つくり運動を実生活に役立てることができるよう、体力などの違いに配慮しようとすることと、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たし、互いに助け合い高め合おうとしている。 b：体ほぐしのねらいや体力を高める運動の考え方を踏まえて、継続しやすい体つくり運動の計画を立てるとともに、自己や仲間のねらいや体力の程度に応じて、適切な運動の種類、強度、量、頻度を選び、体つくり運動を生涯にわたって楽しむための実生活で継続しやすい自己に適した行い方を工夫している。 d：体力の構成要素とそれらが健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて理解している。	受講態度の観察 ノート レポート
	球技　ゴール型	ゴール型 ハンドボール	○	○	○	○	a：健康・安全を確保し、球技の学習に主体的に取り組み、フェアなプレイを大切にして、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすることと、互いに助け合い高め合おうとしている。 b：これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定し、健康や安全を確保・維持するために、自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選んでいることと、球技を生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を工夫している。 c：ゴール型では、空間への侵入などから攻防を展開するための状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きができる。 d：技術などの名称や行い方や、球技に関連した体力の高め方と課題解決の方法について理解している。	受講態度の観察 ノート レポート
	ダンス	リズムダンス	○	○	○	○	a：健康・安全を確保して、ダンスの学習に主体的に取り組み、互いに共感し高め合い、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たしている。 b：これまでの学習を踏まえて、目標に応じたグループや自己の課題を設定し、課題解決の過程を踏まえて、取り組んできたグループや自己の課題を見直している。練習や発表の場面で、健康や安全を確保・維持するために、自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選んでいることと、ダンスを生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を工夫している。 c：創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、対極の動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊るための動きができる。 d：ダンスの名称や用語と表現の仕方、ダンスに関連した体力の高め方について理解している。	受講態度の観察 ノート レポート

	水泳	水泳 クロール 平泳ぎ	○	○	○	○	a：水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保して水泳の学習に主体的に取り組み、ルールやマナーを大切にして、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たすことと、互いに助け合い高め合おうとしている。 b：これまでの学習を踏まえて、自己や仲間の挑戦する課題を設定し、課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の課題を見直している。バディシステムでは、状況に応じて自己や仲間の役割を見付け、練習や記録会の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の行い、水泳を生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を工夫している。 c：それぞれの泳法で、手と足、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したﾍﾟｰｽで長く泳いだり速く泳いだりする方法が身に付いている。 d：技術の名称や行い方と、水泳に関連した体力の高め方や、課題解決の方法について、理解している	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
2学期	水泳	水泳 クロール 平泳ぎ						
	球技　ネット型	ネット型 テニス	○	○	○	○	a：健康・安全を確保し、球技の学習に主体的に取り組み、フェアなプレイを大切にして、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすることと、互いに助け合い高め合おうとしている。 b：これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定し、健康や安全を確保・維持するために、自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選んでいることと、球技を生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を工夫している。 c：ネット型では、空間を作り出すなどの攻防を展開するための状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きができる。 d：技術などの名称や行い方や、球技に関連した体力の高め方と課題解決の方法について理解している。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
	ダンス	創作ダンス	○	○	○	○	a：健康・安全を確保して、ダンスの学習に主体的に取り組み、互いに共感し高め合い、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たしている。 b：これまでの学習を踏まえて、目標に応じたグループや自己の課題を設定し、課題解決の過程を踏まえて、取り組んできたグループや自己の課題を見直している。練習や発表の場面で、健康や安全を確保・維持するために、自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選んでいることと、ダンスを生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を工夫している。 c：創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、対極の動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊るための動きができる。 d：ダンスの名称や用語と表現の仕方、ダンスに関連した体力の高め方について理解している。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察

	体育理論	スポーツの技術と技能 技能の上達過程と練習 技能と体力 体力トレーニング 運動･スポーツにおける安全の確保	○	○		○	a: スポーツの技術と技能、上達過程と練習について、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: 技能と体力、体力トレーニングの特徴について、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: 運動･スポーツにおける安全について、理解し活動できるようにする。	受講態度の観察 ノート レポート
3学期	陸上競技	陸上競技 長距離走	○	○	○	○	a：健康・安全を確保して、陸上競技の学習に主体的に取り組み、ルールやマナーを大切にし、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすることと、合意形成に貢献し、互いに助け合い高め合おうとしている。 b：これまでの学習を踏まえて、自己や仲間の挑戦する課題を設定し、課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の課題を見直している。グループで活動する場面では、状況に応じた自己や仲間の役割を見付け、練習や競技の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を工夫している。 c：長距離走では、ペースの変化に対応するなどして走ることができる。 d：技術の名称や行い方や、陸上競技に関連した体力の高め方と、課題解決の方法について、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 ゴール型	ゴール型 バスケットボール	○	○	○	○	a：健康・安全を確保し、球技の学習に主体的に取り組み、フェアなプレイを大切にして、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすることと、互いに助け合い高め合おうとしている。 b：これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定し、健康や安全を確保・維持するために、自己や仲間の体調に応じた活動の仕方を選んでいることと、球技を生涯にわたって楽しむための自己に適した関わり方を工夫している。 c：ゴール型では、空間への侵入などから攻防を展開するための状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きができる。ネット型では、空間を作り出すなどの攻防を展開するための状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きができる。 d：技術などの名称や行い方や、球技に関連した体力の高め方と課題解決の方法について理解している。	受講態度の観察 ノート 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。