学校番号	３１５

令和２年度　保健体育科

教科	体育	科目	スポーツⅤ	単位数	１年：２単位 ２・３年：１単位	年次	１～３年次
使用教科書							
副教材等	ステップアップ「高校スポーツ」　（大修館書店出版）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・野外活動を通して、自然と親しみ、自然の厳しさを学ぼう。
・水泳能力と体力の向上を図るとともに、粘り強い精神力を身につけよう。
・救急法に関する知識と技術を習得するとともに、事故防止と安全に対する意識向上を目指そう。
・運動時の怪我の予防や運動後のセルフケアができるようになろう。
・スキー技術の向上および冬山への対応能力を身につけよう。
・集団生活の中で規律を守り、責任を果たして協力し合う姿勢を養おう

２　学習の到達目標

・自然体験型野外活動および競技型野外活動の理解と実践を図る。
・自然との関わりの深い野外の運動の専門的な理解と高度な技術の習得を目指した主体的、合理的、計画的な実践を通して、自己の課題を解決できるようにするとともに、生涯を通してスポーツの振興発展に関わることができる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	自らすすんで活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主体的に取り組もうとする。 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つける。	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。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に行かせる	記録や技能向上に挑戦する。 活動の合理的な実践を通して、各領域の特性に応じた段階的な技能を身につける。 仲間と連携・協力して活動を楽しむ。	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、活動を行う際の健康・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、文化的特性などについて理解している。
評価方法	受講態度の観察 日誌 レポート 等	受講態度の観察 日誌 レポート 等	技能観察 技能テスト 等	受講態度の観察 日誌 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	臨海実習(3年生)	遠泳 ・オリエンテーション ・立ち泳ぎ、隊列、方向変換 ・安全確保、バディシステム ・班別講習 ライフセービング ボディーボード ビーチバレー ビーチファイヤー	○	○	○	○	a:健康や安全を確保し、自主的に取り組んで、完泳を目指すとともに、集団生活において自己の責任を果そうとしている。 b:海での活動を豊かに実践するための自己の課題に応じた取り組みを工夫している。 c:海上において遠泳の特性に応じた、効率的な泳法を身につけている。 d:海上での安全確保の知識や泳法の取り扱いなどを理解している。	
2・3学期	救急法実習(2年生)	水上安全法講習 ・水の事故防止 ・救助法 心肺蘇生法講習 ・心臓マッサージ ・AED 怪我に強い体つくり ・コンディショニング ・トレーニング テーピング講習 ・テーピング法 ・三角巾 スポーツと鍼灸 ・東洋医学 ・鍼灸	○	○	○	○	a:自らすすんで救命救急や怪我予防・事故防止に関する知識や実践を身につけようとしている。 b:知識を活用し、自他の健康や安全確保に役立てようとしている。 c:各領域の技能を身につけている。 d:救命・救急に関する知識や怪我予防や事故防止と安全に関する知識を理解している。	

2学期	キャンプ実習（1年生）	テント設営 自炊 オリエンテーリング 火おこし キャンプファイヤー ロープワーク ボランティア活動	○	○	○	○	a: 健康や安全を確保し、自主的に取り組んで、共同生活において自己の責任を果たそうとしている。 b:自然環境の中での共同生活や活動を通して、人間関係や自然を愛する心をはぐくむ取り組みを工夫している。 c:実践を通して自然環境の中での生活力や技能を身につけている。 d:自然環境の中で衣食住などの生活知識や方法を理解している。	
3学期	スキー実習（1・2年生）	スキー講習 検定試験 ビデオ確認 スキー選手の講話	○	○	○	○	a: スキーの楽しさや喜びを味わうために、天候や雪質に応じてスピードをコントロールたり、安全に滑走する技術を習得しようとしている。 b:生涯にわたってスキー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を工夫している。 c:歩行、方向転換、登行、滑走などの滑降技能を身につけている。 d:スキー用具・用語・技術の知識やゲレンデマナーなどの安全確保の方法を理解している。	

※　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

※　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。