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
校内名称	体育Ａ・体育Ｂ			ユニット数	2.0/2.0	必選別	必修
使用教科書	現代高等保健体育（大修館）						
副教材等	Active Sports（大修館）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

社会的に健康に関心が高まる一方、体を動かしたり、スポーツをする機会は減少し、二極化しているのが現状である。しかし、一生涯使い続ける体を鍛え、育てる時期は今しかない。この時期にこそ正しい体の動かし方や鍛え方、整え方を身に付け、様々な体力を養っていくことが必要である。また、授業を通して仲間とのコミュニケーション力や共に協力して課題を解決していく力を身に付けることも重要である。更に、より分析的に運動を捉えることで、今まで出来なかった事が出来るようになったり、各種目の本質的な楽しさに触れることで豊かなスポーツライフを築くことが出来るのである。

2　学習の到達目標

各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。特に１年生においては、体つくり運動にも重点をおき、自分や仲間の体や心の状態に気付いたり、体の調子を整えるとともに総合的に体力を向上させることを目標とする。また、技能的には各種目において主に個人的技能を高めることに主眼をおくものとする。

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	受身の授業ではなく、常に積極的に授業に取り組む事が大切である。出来る出来ないではなく、いかに前向きに取り組むかということである。また、授業に取り組む中で、周囲の仲間の力量や身体の特性を判断していく事も集団で活動する上では重要である。仲間と協力して、安全にかつ各種目の特性に触れ、運動の楽しさ味わう。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、技能の向上につなげる。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、体力や技能向上の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、生涯にわたって、運動に親しむことができる。	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する。 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する。
評価方法	・出席 ・受講態度 ・レポート 等	・レポート ・体育理論のテスト 等	・技能観察 ・技術テスト ・レポート 等	・レポート ・体育理論のテスト ・技能観察 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。
評価点の割合は、関心・意欲・態度50％程度、思考・判断・技能・知識50％程度。

4　学習の活動

期間	単元名	学習内容	主な評価の観点 a	b	c	d	単元(題材)の評価規準	評価方法
前期中間考査まで	武道／ダンス・陸上・器械運動	・集団行動 ・新体力テスト ・武道（柔道） ・ダンス　※選択 ・陸上 短距離・投擲 ・器械運動　※選択 接転技・本転技・演技構成	○ ○ ○	○ ○ ○	 ○ ○	 ○ ○	a：集団行動や周囲と協力して課題に取り組むことができる。武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう、相手を尊重することができる。自己や他者の身体の特性を理解し、安全に運動を行っている。 b：自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができる。 c：各種目の特性に応じた技能や表現方法を獲得しようとしている。 d：技術や技の名称、練習・補助方法、表現の仕方などを理解している。	受講態度の観察 テスト 技能観察 レポート
前期期末考査まで	水泳	・水泳 クロール・平泳ぎ ・体育理論 文化としてのスポーツ オリンピックと国際理解	○ ○	○ ○	○ 	 ○	a：水泳の楽しさや喜びを味わう。マナーやルールを大切にし、水泳の事故防止に留意し、積極的に自己の泳力向上に取り組んでいる。 b：生涯にわたって水泳に親しむため、課題に応じた取り組みを自ら考え実践している。 c：水泳の特性を理解し、効率的な泳法を身に付けている。 d：技術の名称や、ルールを理解し、実践しようとしている。	受講態度の観察 テスト 技能観察 レポート
後期中間考査まで	水泳・武道／ダンス・球技	・武道（柔道） ・ダンス※前期に選択した種目 ・球技 バスケットボール ハンドボール タグラグビー　から選択	○ ○	○ ○	○ ○	○ 	a：各種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう、相手やルールを大切にする。グループでの構成や、チームの作戦などの話し合いに積極的に参加している。 b：演技の構成を工夫したり、技の掛け方や、運動の取り組み方を自分たちで考えて実践している。 c：各種目の特性に応じた技能や技術を身に付ける。身に付けた技能を発表や、試合で生かしている。 d：技術の名称や、ルールを理解し、実践しようとしている。	受講態度の観察 テスト 技能観察 レポート
後期期末考査まで	陸上競技（長距離）・選択スポーツ	・陸上 長距離走 ・選択スポーツ ・体育理論 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ倫理	○ ○ ○	○ ○ ○	○ 	○ ○	a：長距離走の楽しさや、記録が向上する喜びを味わうことができるよう、健康や安全を確保して、自主的に取り組んでいる。 b：生涯にわたって運動に親しむための、自己の課題を理解する。自分たちで運動を計画し、公正・安全に実施する工夫や協力をすることができる。 c：各種目の特性に応じた技能を身に付け、記録を向上に挑戦している。 d：技術の名称や、ルールを理解し、実践しようとしている。	受講態度の観察 テスト 技能観察 レポート

※　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

※　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。