学校番号	405

令和2年度　大阪府立堺西高等学校　保健体育科

教科	保健体育	科目	女子体育	単位数	2	年次	2年次
使用教科書	現代保健体育(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。

・体育の授業を通じて運動する・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共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（評価基準と評価方法）

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。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出来る。学習で得た成果を自ら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じ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つける。仲間と協力して各種目を楽しむ。	運動の技能や名称や行い方、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 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 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）の評価基準	評価方法
			a	b	c	d		
1	ミニサッカー・陸上（投・跳）	ボールコントロールのスキル、パス回し、シュート練習、ミニゲーム	○	○	○		a. 授業に対する積極性、集団への貢献度がある。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. 運動技術を理解して習得を目指している。体力補強への努力度、自己の課題に応じた取り組みへの工夫。 c. 自己の目標にあったスキルの到達点の設定と基本技術の習得ができいる。	技能観察 受講態度の観察 ノート・レポート
		ターボジャブの持ち方、投げ方、力の入れ方、立ち投げ、クロスステップ、投擲練習、計測 走り幅跳びの跳躍練習 着地動作、助走練習、踏切 短助走からの実践、計測	○	○	○	○	a:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、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：やり投げ（ターボジャブ）では，短い助走から前方にまっすぐ投げること、走り幅跳びでは，スピードに乗った助走と力強い踏み切りから着地までの動きを滑らかにして跳ぶこと。 d:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	技能観察 受講態度の観察 ノート・レポート
2	水泳・バスケット・ダンス	平泳ぎ・導入・班分け・足のキック、タイム計測	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、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。	技能観察 受講態度の観察 ノート
		パス、キャッチ、ランニングパス、ドリブル、フリースロー、ドリブルシュート、レイアップシュート、ミドルシュート、ミニゲーム	○	○	○	○	a. 授業に対する積極性、集団への貢献度がある。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. 運動技術を理解して習得を目指している。体力補強への努力度、自己の課題に応じた取り組みへの工夫。c. 自己の目標にあったスキルの到達点の設定と基本技術の習得ができいる。d. 授業ノートを活用した技術の理解とゲームルールの把握ができている。	技能観察 受講態度の観察 ノート
		基本的なリズムの取り方 ステップ練習 フリづくり、発表	○	○	○	○	a. 授業に対する積極性、集団への貢献度がある。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. 運動技術を理解して習得を目指している。体力補強への努力度、自己の課題に応じた取り組みへの工夫。c. 自己の目標にあったスキルの到達点の設定と基本技術の習得ができいる。d. 授業ノートを活用した技術の理解とチームへの貢献ができている。	技能観察 受講態度の観察 ノート
3	持久走	長距離走	○		○		a:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、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：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，d:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解してい	技能観察 受講態度の観察 ノート