

平成 31 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
使用教科書	最新高等保健体育 (大修館書店出版)						
副教材等							

1 担当者からのメッセージ (学習方法等)

- ・集団行動や選択体育の中で、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。

2 学習の到達目標

- ・社会的な態度や健康、安全に留意して運動する態度を育て習慣化し日常生活に生かす。
- ・ライフステージと健康についての知識や理解を深め、適切に判断する能力を養う。
- ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・自ら進んで楽しさや喜びを味わおうとする。 ・協調性・安全性の確保ができ、また勝敗や結果を受け入れ、個人の技能・能力を客観的に判断できる。 ・公正・協力・責任などの態度を身に付ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、他の運動や実生活に生かす。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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	受講態度の観察 ノート レポート	技能観察	受講態度の観察 体育理論 ノート
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにごとに評価し、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・体づくり運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体力を高める運動	○	○		○	<p>a 体づくり運動のたのしさや心地よさを味わうことができるよう、自他の体力の違いや体の状態に配慮して健康・安全を確保して学習に自主的に取り組んでいる</p> <p>b ねらいに応じて健康保持増進や調和のとれた体力の向上を図る計画を立てるとともに、自己の課題に応じて、運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>d 運動習慣の意義や体の構造、運動の原則などを理解している。</p>	受講態度の観察
	バレーボール 男子 ・陸上競技 女子	ネット型 バレーボール (男子) 陸上競技 (女子) 短距離 高跳び	○	○	○	○	<p>a 各種運動の喜びを共有し、互いに伸ばし、讃えることができる。</p> <p>b 自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫している。</p> <p>c バレーボールにおける基本的技能を身に付け状況に応じた動きを見に付けている。陸上競技では各種目特有の動きについて技能を深める。</p> <p>d バレーボールの技術や名称、ゲームの行い方を理解する。陸上競技の各種目特有のルールを理解する。</p>	受講態度の観察 レポート 技能観察

	水泳 男子 ・体育理論 女子	水泳（男子） クロール 体育理論（女子） 人間にとって「動く」とは何か スポーツの始まりと返還 スポーツ文化の楽しみ方 オリンピックと国際理解 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ論理	○	○	○	○	a 互いに伸ばそうとしている。 水泳に主体的に取り組もうとしている。 b 健康増進を目指し、適切な判断と表現ができる。 c クロールの特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 d 自己の課題克服を目指し、適切な取り組みができる。スポーツの基礎的な事項を理解している。	受講態度の 観察 技能観察 ノート
2学期	体育理論 男子 ・水泳 女子	体育理論（男子） 運動・スポーツの文化的特徴 人間にとって「動く」とは何か スポーツの始まりと返還 スポーツ文化の楽しみ方 オリンピックと国際理解 スポーツと経済 ドーピングとスポーツ論理 水泳（女子） クロール	○	○	○	○	a 互いに伸ばそうとしている。 水泳に主体的に取り組もうとしている。 b 健康増進を目指し、適切な判断と表現ができる。 c クロールの特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 d 自己の課題克服を目指し、適切な取り組みができる。スポーツの基礎的な事項を理解している。	受講態度の 観察 技能観察 ノート
	武道	武道（男女共修） 柔道・剣道	○		○	○	a 各種運動の喜びを味わい、互いに伸ばし、讃えることができる。 b 生涯にわたって豊かに武道を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 武道における礼法などを身に付け、受身や素振りなど基本的技能を身に付けることができる。 d 伝統的な考え方、技の名称など、稽古の仕方などを理解している。	受講態度の 観察 技能観察

	ラグビー 男子・バレー 女子	ゴール型 ラグビー（男子） ネット型 バレーボール（女子）		○	○	○	a 各種運動の喜びを共有し、互いに伸ばし、讃えることができる。 b 自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方を工夫して運動に取り組むことができる。 c バレーボールやラグビーにおける基本的技能を身に付け状況に応じた動きができる。 d ラグビーやバレーボールの技術や名称、ゲームの行い方を理解する。	受講態度の 観察 技能観察 レポート
3学期	陸上競技	陸上競技 長距離走	○	○	○		a 各種運動の喜びを味わい、互いに伸ばし、讃えることができる。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 生涯にわたり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 ペースの変化に対応するなど自分に合った走り方ができるようになる。 d 体力の高め方、課題解決の方法などなどを理解している。	受講態度の 観察 レポート
	バスケットボール 男子・テニス 女子	ゴール型 バスケットボール（男子） ネット型 テニス（女子）	○	○		○	a 各種運動の喜びを共有し、互いに伸ばし、讃えることができる。 b 生涯にわたって球技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基本的技術を身に付け、ゲーム時には、仲間と連携して動くことができる。 d 各種目における技の名称、やゲーム時におけるルールを理解している。	受講態度の 観察 技能観察

※ 表中の観点について a: 関心・意欲・態度
c: 運動技能

b: 思考・判断
d: 知識・理解