学校番号	３０２２

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	年次	1
使用教科書							
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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。
・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	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わうことが出来るよう、健康や安全を確保して学習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し、公正・協力・責任等の態度を身に付ける。	生涯にわたるスポーツライフの実現を目指し、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。 体力や技能向上をするための計画を考えることができる。	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付けている。	運動の技術の名称や行い方、体力の高め方、発表や練習の仕方、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。
評価方法	受講態度の観察 レポート 等	レポート 振り返りシート 等	技能観察 技能テスト ゲーム 等	レポート 質疑応答 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。

評価の観点について
　技術、能力だけでなく、出席状況や授業参加態度、意欲等も評価します。
授業について
　体力向上のため、サーキットトレーニングやランニングを取り入れます。

4　学習の活動

学期	単元	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	体育理論	現代社会とスポーツ 競技スポーツの意義 スポーツの社会的役割 スポーツの始まりと変遷 スポーツと国際理解 ライフステージとスポーツ	○	○		○	a:スポーツの歴史や現代のスポーツの特徴について、学習に自主的に取り組もうとしている。 b: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している。 d:スポーツの歴史的発展と変容について理解している。	受講態度の観察 レポート 質疑応答
	陸上競技	陸上競技 短距離走 ・30m、50m、100mの記録計測 ・クラウチングスタートの練習	○	○	○	○	a:勝敗等を客観的に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすること等、自主的に取り組もうとしている。 b:自己の課題に応じて適切な練習法を選んでいる。 c:中間走へのつなぎを滑らかにするなどして速く走ることができる。 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。	受講態度の観察 技能観察 技能テスト
	球技 ゴール型	ゴール型 ハンドボール ・パス、キャッチング、シュートの技術の習得 ・攻防の練習を行う。 ・技能テスト ・ゲーム	○	○	○	○	a:フェアプレーを大切にしたり、互いに助け合い教えあおうとしている。 b: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ている。 c:状況に応じたボール操作と空間を埋める等の動きができる。 d:審判の方法やゲームの進め方について理解している。	受講態度の観察 振り返りシート 技能観察 技能テスト ゲーム
1・2学期	水泳	水泳 クロール ・S字ストロークでのキャッチ,プル＆プッシュ ・25mタイム計測 平泳ぎ ・ストロークのタイミング及び伸びを学ぶ。 ・25mタイム計測	○	○	○	○	a:マナーやルールを大切にしようとすることや水泳の事故防止に関する心得等、健康や安全を確保している。 b:自己の改善すべきポイントを見つけている。 c:手と足、呼吸のバランスを保ち安定したペースで速く泳ぐことが出来る。 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。	受講態度の観察 レポート 技能観察 技能テスト

2学期	球技	ネット型 ソフトバレーボール ・パス、スパイク、 レシーブ、サーブの 技術習得 ・技能テスト ・ゲーム	○	○	○	○	a:フェアプレーを大切にしたり、互いに助け合い教えあおうとしている。 b: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ている。 c:攻防を展開するための状況に応じたボール操作ができる。 d:審判の方法やゲームの進め方について理解している。	受講態度の観察 振り返りシート 技能観察 技能テスト ゲーム
	器械運動	器械運動 マット運動 回転系 巧技系 発展技 ・技能テスト	○	○	○	○	a:よい演技を讃えようとし、学習に自主的に取り組もうとしている。 b:学習する技の合理的な動き方の改善すべきポイントを見付けている。 c:滑らかに安定した基本的な技や発展技のいずれかが出来る。 d:技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、発表会等の仕方を理解している。	受講態度の観察 レポート 技能観察 技能テスト
3学期	陸上競技	陸上競技 長距離走 ・距離（時間）を設定し、記録を測定する。	○	○	○	○	a:勝敗等を客観的に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすること等、自主的に取り組もうとしている。 b:自己の課題に応じて適切な練習法を選んでいる。 c:自己に適したペースを維持して走ることができる。 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。	受講態度の観察 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。