学校番号	３０１

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
使用教科書	現代高校保健体育　改訂版（大修館書店）						
副教材等	アクティブスポーツ 2020（総合版）　（大修館書店）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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 UP を目指そう。
・自他の運動を観察し、興味・関心を高め、運動の楽しさ、喜び、達成感を味わおう。
・体育の授業を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフが送れる能力を身に着けよう。

２　学習の到達目標

運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技術を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにし、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て、公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、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	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、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方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	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、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技術を身に付けている。	運動の技術・技の名称や行い方、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、スポーツの歴史、文化的特性や現代スポーツの特徴、運動やスポーツの効果的な学習の仕方及び豊かなスポーツライフの設計の仕方を理解している。
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 等	技能観察 ノート 等	ノート 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	ネット型 (女子) 陸上競技 (男子 ・ 女子) 器械体操 (男子) 水泳 (女子)	ネット型 ソフトバレーボール 陸上競技 短距離走 ハードル 幅跳び マット運動 水泳 クロール	○	○	○	○	a:陸上の瞬発系・跳躍系については、気持ちよさや一瞬に集中して力を発揮する快感を味わう b マットについては、柔軟性・巧緻性に加え力学や体のバランスを理解させる。反復してできるように追求している姿勢を見る。 c:水泳は事故防止に視点を置くことは基より、ゆったり大きく力感無く泳ぐことに視点を置く。 d:ネット型競技は特に生涯にわたって協力して行う素養を培う。	授業態度の観察 ノート 技能観察 レポート
	体育理論	運動・スポーツの文化的特徴				○	d:運動の意義・文化的背景を学ぶ	レポート 小テスト
2学期	水泳 (男子) 球技 ネット型 (女子・男子) ゴール型 (女子) 器械体操(女子) 武道(男子)	水泳 クロール ネット型 ソフトバレーボール (女子) バレーボール(男子) ゴール型 サッカー(女子 器械体操 マット運動 武道 柔道	○	○	○	○	a 武道については、礼儀を特に重んじる。技の習得・勝敗・基礎体力のベースにあるのは相手を思いやる姿勢である。 b マットについては、柔軟性・巧緻性に加え力学や体のバランスを理解させる。反復してできるように追求している姿勢を見る。 c:水泳は事故防止に視点を置くことは基より、ゆったり大きく力感無く泳ぐことに視点を置く。 d:ネット・ゴール型競技は特に生涯にわたって協力して行う素養を培う。	授業態度の観察 ノート 技能観察 レポート
	体育理論 (男子・女子)	運動・スポーツの文化的特徴				○	d:オリパラとドーピングについても学ぶ	レポート 小テスト

3学期	陸上競技（女子男子）	陸上競技 長距離走	○	○			a 持久力をつける。 b 反復することによりペース・ラップも計り、記録向上を目指す。	授業態度の観察 ノート 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

※　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。