5　保健体育

学校番号	１１２

令和２年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	３単位	年次	２年次
使用教科書	現代高等　保健体育（大修館書店）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ

・各種目において自己の能力を最大限に発揮できるように目標を高く設定し臨むこと。
・仲間と協力し合い準備から計画まで授業作りができる
・仲間意識を持ち指導また注意し合える環境をつくりチームおよび個々人の能力向上が図れる集団をつくる。
・以上のことを通して、スポーツの楽しさを感じられるよう努力する。

2　学習の到達目標

・生涯にわたり、運動とかかわりあえる態度、習慣を身につける。
・安全に留意し、仲間と協調しあいながら運動する態度を育ててゆく。
・健康の保持増進を基本とし、さらに向上しようとする態度および精神を育てる。

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	自ら進んで運動の楽しさを味わおうとする。 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応用・発展させ、実生活に生かせる。	記録や技能の向上に挑戦する。 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つける。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	運動の技術や名称や行い方、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、スポーツとのかかわり方について理解している。
評価方法	授業態度 例：準備や後片付けを率先して行う等 授業記録	授業記録 体育理論のテスト	スキルテスト 試合・記録会の結果等	授業記録 例：自身の結果から成功または失敗の理由を考える等

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。

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	体ほぐし運動（男女共通）球技（ネット型・ゴール型・）柔道・ダンス	吹高体操 男子 ソフトボール テニス 柔道 １．立ち技の練習 女子 ソフトバレーボール 陸上（走・跳・投）の混成競技 キックベースボール	○	○	○	○	ａ：各種目の特性を理解し、ルールやマナーを尊重する態度を育てる。安全に配慮して活動できる。 ｂ：各種目の体のこなしを覚え技術の向上に役立てる。 ｃ：評価課題を克服することで確実な技術の向上を目指す。 ｄ：ゲームを行ううえでのルール・マナーの理解。仲間と協調してプログラムを進めてゆくこと。 ａ：安全に配慮し、記録を伸ばすことや、試合での楽しみを感じることが出来る。 ｂ：試行錯誤を繰り返しながら各人の工夫を考えさせる。 ｃ：各種目の特性を理解し技術、記録の向上を目標とする。 ｄ：ルールやマナーを身につけ楽しく運動に触れ合えるよう協力する。	授業態度 スキルテスト
	水泳（女子）	クロールと平泳ぎ・背泳の個人メドレー	○	○	○	○	ａ：各個人が安全を確認し合いながら活動する。 ｂ：早く長く泳ぐための知識を技術向上へつなげる。 ｃ：記録の設定とそれを目標として達成する。 ｄ：水泳授業の目標を理解し活動が出来たか。	授業態度 タイム計測

	体育理論（男子）	運動・スポーツの学び方 １．スポーツの技術と戦術 ２．技能の上達過程と練習 ３．効果的な動きのメカニズム ４．技能と体力 ５．体力トレーニング ６．運動やスポーツでの安全の確保 ＊体育実技の講座で授業を行う	○			○	ａ：技術の向上とそれに合った戦術、フィジカル面の向上は戦力アップや安全面の強化にもつながることを理解する。 ｄ：様々な練習方法、目的の違うトレーニングの内容を理解する。	提出物
２学期	陸上競技男子　柔道　水泳　集団球技　女子　集団球技　個人（ネット型）　ダンス	陸上　走･跳･投の混成種目 柔道 乱取りおよび試合 バスケットボール クロール・平泳ぎ・背泳の個人メドレー ミニサッカー テニス ダンス	○	○	○	○	ａ：安全に配慮し、記録を伸ばすことや、試合での楽しみを感じることが出来る。 ｂ：試行錯誤を繰り返しながら各人の工夫を考えさせる。 ｃ：各種目の特性を理解し技術、記録の向上を目標とする。 ｄ：ルールやマナーを身につけ楽しく運動に触れ合えるよう協力する。 ａ：各種目の特性を理解し、ルールやマナーを尊重する態度を育てる。安全に配慮して活動できる。 ｂ：各種目の体のこなしを覚え技術の向上に役立てる。 ｃ：評価課題を克服することで確実な技術の向上を目指す。 ｄ：ゲームを行ううえでのルール・マナーの理解。仲間と協調してプログラムを進めてゆくこと。	授業態度 記録計測 スキルテスト

	体育理論（女子）	1学期と同様の内容で行う。 ＊体育実技の講座で授業を行う	○			○	1 学期と同様の評価規準で行う。	提出物
3学期	持久走（男女共通）	男子　時間走と距離走 女子　時間走と距離走 授業回数により距離を伸ばしてゆき上記のタイムを計測する。 時間走（１２分間） 　　距離を測定	○	○		○	ａ：目標を設定し主体的に取り組むこと。 ｂ：周回ごとのタイムを考えながら自らの成果を感じられるよう活動する。 ｄ：目標を達成するために練習の取り組み方や時間設定などを考えて活動することを理解する。	授業態度 記録計測
		フットサル バスケットボール	○	○	○	○	ａ：準備や後片付けなど協力し合い授業を運営すること。 ｂ：戦術を考えたり、仲間と連動して工房を画できる。 ｃ：シュート率やパスの正確さすばやさなどより高次をめざす。 ｄ：運営や安全に行うことで、スポーツを身近に感じ生涯スポーツのきっかけになることを理解する。	授業態度 試合記録 活動記録