学校番号	3020Ｂ

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	現代保健体育　（大修館出版）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館出版）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動において秩序ある動き、ルールを守ることが大切であることをしっかり学ぼう。
・ランニング、体操、補強運動が集団行動の基本であるので自分のためになるという意識でしっかりやろう。
・授業の中で行われる種目を通じてそれぞれの運動の楽しさや喜びを味わい継続できるスポーツを見つけよう。

２　学習の到達目標

・集団行動や運動種目を通じて、自己の体力の向上を目指し積極的に体を動かし、規律ある行動を習慣化する。
・運動と健康との関連性を理解し、生涯にわたって継続できる運動種目を見つけ、運動を習慣化する
・安全に留意し、それぞれの運動種目に取り組んでいく。

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	w-up 体操、補強運動を自分の体力向上のために積極的に行っている。 安全に留意し取り組もうとしているか。 周囲と協力し自分のやるべきことを責任を持ってやっている。	持っている知識を活用し、自分の技能の向上やチーム力のアップにつなげている。 運動の継続や体力や技能の向上を計画することができる。	記録や体力・技能向上のために積極的に取り組んでいる。 種目の特性に応じて合理的な練習方法を実践することができる。 周囲の者と連携・協力して各種目を楽しむことができる。	運動技術の名称や合理的な体力の高め方、覚運動種目のルールについて理解している。 運動種目の健康や安全との関わりを理解している。
評価方法	授業態度の観察	体育理論のテスト	技能観察 技能テスト	体育理論のテスト

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		
前期	武道・陸上・器械・球技・水泳	新体力テスト 武道 　柔道 陸上 　跳躍 器械 　マット 球技 　テニス 　サッカー 水泳 　平泳ぎ	○	○	○	○	a : ルールに従い規律ある行動、安全に留意した行動をとろうとしている。 自らの体力向上のため自分で考え積極的に取り組んで知る。 b : それぞれのねらいに従い、合理的な方法で行い計画を立てることができる。 c : 技術の向上や体力の向上がある。 d : 運動の効果、体の構造、トレーニングの原則を理解している。	W-up の取り組み 受講態度の観察 技能観察 技能ﾃｽﾄ
	体育理論	運動・スポーツの学び方	○	○		○	a : 体力を向上させるためにはどのようなことが必要なのかを調べる学習活動に取り組もうとしている。 b : 身体の生理的機能やしくみついて理解しトレーニングの原則に照らしどのような運動を行えばいいか考えることができる。 d : 身体の生理的機能やしくみやトレーニングの原則を理解し正しい運動処方に基づき必要な運動を組み立てることができる。	受講態度の観察 ノート テスト
後期	武道・球技・ダンス・陸上	武道 　柔道 球技 　サッカー ソフトボール バレーボール ダンス	○	○	○	○	a : 各種目の楽しさやできることの喜びを味わうことのできるようにルールやマナーを大切にし他の生徒とも協力し、安全に配慮しながら積極的に取り組んでいる。 b : 色々なスポーツを体験することでそれぞれの楽しみや喜びを知り、生涯にわたって運動に親しむために工夫している。 c : 各種目の特性を理解し、記録の向上、技能の上達のために積極的に取り組んでいる。 d : 各種目の技術や技の名称、フォーメーションやルールなどを理解しゲームの組み立てや審判法もできる。	W-up の取り組み 受講態度の観察 技能観察 技能ﾃｽﾄ

		陸上 長距離走	○	○	○	○	a : 長距離走において、タイム向上のために準備運動やペース配分など考えて取り組もうとしている。 b : 有酸素運動の持つ健康に対するメリットを理解し体験することでそのスポーツを生涯にわたって継続できる運動のひとつに考えることができる。 c : 長距離走の特性を理解し、記録の向上や自分の健康のための運動処方を実践できる。 d : 心拍数と運動強度の関係を理解している。	W-up の取り組み 受講態度の観察 技能観察 技能ﾃｽﾄ

※　表中の観点について　a : 関心・意欲・態度　　b : 思考・判断・表現
　　c : 運動の技能　　d : 知識・理解

※　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。