学校番号	219

平成３１年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（女子）	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	「現代高等保健体育」改訂版　（大修館書店）						
副教材等	「現代高等保健体育ノート」改訂版　（大修館書店） 「アクティブスポーツ」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）

・各種目の中で筋力や持久力などの基本的な身体能力を高めると共に運動技術・技能を習得し、生涯にわたり、運動が継続出来る体力・能力を身につけよう。
・体育授業に主体的・意欲的に取り組み、興味関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を得よう。
・体育授業を通して、規範意識を向上させ、公正で責任にある態度を身につけことを学び、他を尊重できる豊かな人間性の構築を図ろう。

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能を高め、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。	選択した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、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、特性や現代のスポーツの特徴、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	レポート 観察	レポート ノート	観察 実技テスト ノート	定期考査

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	陸上競技	基本的な動作 短距離走 リレー ルール 計測の進め方 計測	○	○	○		a:陸上の楽しさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しして自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 b:運動の計画を立て、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。 C:各種目の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	観察 実技テスト ノート レポート
	バレーボール	基本的な動作 トス、レシーブ、スパイク、 サーブ、対人プレー ルールや審判法 ゲームの進め方 ゲーム	○	○	○		a:生涯スポーツとなりえるバレーボールの楽しさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮し、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を十分に確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 b:運動の計画を立て、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。 C:ネット型球技の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	観察 実技テスト ノート レポート
	マット運動(床運動)	基本的なステップ ターン、バランス、ポーズ 跳躍、波動 前転、後転、開脚前転 開脚後転、側転 ロンダード 創作 発表	○	○	○		a:床運動の技がより良くできる楽しさや喜びを味わうことができるように、自分に適した技を高めて、健康、安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 b:運動の計画を立て、自分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。 C:自己克服的種目の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	観察 実技テスト ノート レポート

2学期	水泳	水泳 クロール クロールの基本動作 ストローク、キック、息継ぎ、コンビネーション、 スタート練習 泳法ルール 記録計測方法	○	○	○		a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなどや、水泳の事故防止に関する心得など、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:生涯にわたって水泳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:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。	観察 実技テスト ノート レポート
	陸上競技	基本的な動作 ハードル走 ルール 計測の進め方 計測	○	○	○		a:陸上の楽しさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しして自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 b:運動の計画を立て、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。 C:各種目の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	観察 実技テスト ノート レポート
	バレーボール	基本的な動作 トス、レシーブ スパイク、サーブ 対人プレー ルールや審判法 ゲームの進め方 ゲーム	○	○	○		a:バレーボールのの楽しさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮し、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 b:運動の計画を立て、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。 C:ネット型球技の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	観察 実技テスト ノート レポート

2学期	マット運動(床運動)	基本的なステップ ターン、バランス、ポーズ 跳躍、波動 前転、後転、開脚前転 開脚後転、側転 ロンダード 創作 発表	○	○	○		a:床運動の技がより良くできる楽しさや喜びを味わうことができるように、自分に適した技を高めて、健康、安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。 b:運動の計画を立て、自分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。 C:自己克服的種目の特性に応じた基本的な技能を身に付けている。	観察 実技テスト ノート レポート
3学期	持久走	陸上競技 長距離走	○	○	○		a:自己克服型種目の楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認めあうこと、マナーやルールを大切にしようとすることなど、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:生涯にわたって基礎体力づくりの運動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:種目の特性に応じた技能が身につけている。	観察 実技テスト ノート レポート
	体育理論	人間にとって動くとは何か スポーツの始まりと変遷 文化としてのスポーツ 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倫理	○	○		○	a:運動の必要性やスポーツの意義について理解している。 b:スポーツの起源と発展について理解している。 d:オリンピックの歴史について理解し、スポーツが経済に大きな影響を及ぼし主要な産業の 1 つになっていることを理解している。	定期考査