学校番号	１１５

平成 31 年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２単位	年	１年
類型等	共通						
使用教科書	「現代高等保健体育」　（大修館書店）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・個人の能力に応じて、記録の向上をめざそう。
・球技の特性に応じて、基本技術を練習し、ゲームなどを行おう。

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。
・個人の能力の向上や各種目の基本技術の習得・向上。
・仲間との協力･信頼関係をはぐくむ。
・安全に配慮する能力の育成。

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	互いに協力して運動している。 公正な態度で競技している。 運動の楽しさを体得している。 課題解決のために努力している。 安全に配慮して運動している。	運動の合理的な行い方や、計画的な活動の仕方を工夫している。 適切な課題を設定している。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。	運動の合理的な実践を通して、種目の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個人的･集団的技能を身につける。	試合の運営方法を身につけている。 運動の特性、練習法、審判法を理解している。 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。
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 体育理論のテスト　等	技能観察 スキルテスト 記録 ノート　等	ノート レポート 体育理論のテスト　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		
	体つくり運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動	○	○	○	○	a:運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、健康・安全を確保して自主的に取り組もうとしている。 b:運動の計画を立てるとともに、自己の課題に応じた取り組み方を工夫している。 c:自己の体力や生活に応じて、体ほぐしの行い方と体力の高め方を実践的に工夫している。 d:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則など絵緒理解している。	受講の態度の観察 ﾉｰﾄ,ｽｷﾙﾃｽﾄ 技能観察等
	陸上競技 器械運動	短距離走 跳躍・投てき 持久走 マット運動など	○	○	○	○	a:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう、健康・安全を確保して自主的に取り組もうとしている。 b:自己の能力に応じた、課題解決を目指すための計画的な練習の仕方や、競技の仕方を工夫することができている。 c:各種目の特性に応じた技能を身につける d:技術や体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講の態度の観察 ﾉｰﾄ,ｽｷﾙﾃｽﾄ 技能観察等
	水泳	クロール 平泳ぎ	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるよう、健康・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実践するために、自己の課題に応じた練習の仕方や、競技の仕方を工夫することができている。 c:水泳の特性に応じた技能を身につける d:技術や体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講の態度の観察 ﾉｰﾄ,ｽｷﾙﾃｽﾄ 技能観察等
	武道	柔道	○	○	○	○	a:柔道の楽しさや喜びを味わうことができるよう、健康・安全を確保して自主的に取り組もうとしている。 b:生涯にわたって柔道を実践するために、自己の課題に応じた練習の仕方や、競技の仕方を工夫することができている。 c:柔道の特性に応じた技能を身につける d:技術や体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講の態度の観察 ﾉｰﾄ,ｽｷﾙﾃｽﾄ 技能観察等

	球技	ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ ｷｯｸﾍﾞｰｽﾎﾞｰﾙ ｻｯｶｰ ｱﾙﾃｨﾒｯﾄなどより	○	○	○	○	a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、健康・安全を確保して自主的に取り組もうとしている。 b:生涯にわたって球技を実践するために、自己の課題に応じた練習の仕方や、競技の仕方を工夫することができている。 c:球技の特性に応じた技能を身につける d:技術や体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	受講の態度の観察 ﾉｰﾄ,ｽｷﾙﾃｽﾄ 技能観察等
	体育理論	運動・スポーツの文化的特長 運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	○	○		○	a:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、意見交換や発表などの活動を通して、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、分析したりしまとめた考えを説明できる。 d:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、言ったり書き出したりしている。	受講の態度の観察 ﾉｰﾄ,ﾚﾎﾟｰﾄ 体育理論のテスト等