学校番号	３０２０Ｂ

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	年次	1 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おう。

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、安全に留意し、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。

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	集団行動体力つくり運動	ｵﾘｴﾝﾃｰｼｮﾝ 集団行動 ﾗｼﾞｵ体操第二 体ほぐし運動 新体力テスト	○	○		○	a : ルールに従い規律ある行動をとろうとしている。 自らの体力向上のため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 : 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
	陸上・武道・器械体操・水泳（男子）陸上・球技・器械体操・水泳（女子）	陸上 　短距離走 武道 　柔道 水泳 　クロール 陸上 　短距離走 器械体操 　マット 水泳 　クロール	○	○	○	○	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生涯にわたって運動に取り組むために課題を設定し工夫している。 c : 各種目の特性を理解し、記録の向上、技能の上達を求めて取り組んでいる。 d : 各種目の技術や技の名称、ルールなどを理解している。	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・スポーツの文化的特徴	○	○		○	a : スポーツの意義や歴史、文化的特徴について調べたりする学習活動に自主的に取り組もうとしている。 b : スポーツの意義や歴史、文化的特徴について知り、現代スポーツが取り巻くさまざまな問題点について考察、分析し対策を考えることができる。 d : スポーツの意義や歴史、文化的特徴について知り、現代スポーツが取り巻くさまざまな問題点についてその内容を理解している。	受講態度の観察 ノート テスト
後期	陸上・武道（男子）陸上・球技（女子）	陸上 跳躍 武道 柔道 陸上 跳躍 球技 ﾊﾞﾄﾞﾐﾝﾄﾝ	○	○	○	○	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、技能の上達を求めて取り組んでいる。 d : 各種目の技術や技の名称、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	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 : スポーツ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。	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。