

教科	保健体育	科目	体育	単位	2単位	年次	2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	現代高等 保健体育ノート[改訂版] 大修館書店						

## 1. 担当者からのメッセージ (学習方法等)

私たちは運動やスポーツをおこなうことで、大きな達成感や喜びを実感し、心と体の健康を学びます。体を動かすための基本的な知識と合理的な動作を練習によって習得し、必要な体力をトレーニングによって向上させることで、生涯にわたって運動やスポーツを継続していく基礎を築きます。効果的に学んでいくためには、「誰とでも、楽しみながら取り組むことができる」ことが大切です。仲間とコミュニケーションをとりながら、楽しく学習していきましょう。

## 2. 学習の到達目標

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、運動場面だけでなく日常生活で生かせるようライフステージと健康について知識や理解を深める。実践力の育成と体力の向上を図り適切に判断する能力を養う。グループ、もしくはチームでの課題に対して自身がどう集団に貢献しながら取り組むことができるのか、リーダーシップやコミュニケーション能力を高め、共に向上する姿勢を育成する。

## 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・表現	c: 運動の技能	d: 知識・理解
観 点 の 主 旨	進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。健康や安全を確保し、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、評価できる。公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。	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できる。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、表現するため運動特性に応じた段階的な技術を身に付ける。仲間と連携・協力してスポーツを楽しむ。	運動技術の名称や使用法、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・安全の確保についての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、スポーツとの関わり方について理解している。
評 価 方 法	授業態度の観察 レポート	授業態度の観察 レポート 体育理論のテスト	技能観察 実技テスト	レポート 体育理論のテスト

上に示す観点に基づいて、学習のまとめごとに評価し、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

月	単元	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		
4/5	体づくり運動	オリエンテーション 体づくり 運動	○			○	a: マスゲームを取り入れ、ゲーム性の高い運動を紹介することで参加意欲を高める。d: 運動不足によるストレス要因が、心身への影響につながることを実感する。	レポート
	体力測定	スポーツテスト トレーニング論	○	○	○	○	a: トレーニングの原理、原則を理解し実践することで、効果的なトレーニングが体験する。b: これまでの学習や体力測定の意味を理解し、結果に対する考察ができる。c: 個々の計測だけでなく、他人の計測・結果に対して正確な評価ができる。d: 体力測定に対して、自己判断が的確で今後のトレーニング法に活用できる。	
6	陸上競技	短距離走 ハードル リレー	○	○	○	○	陸上競技に主体的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとする。役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を高めることができるようにする。	オンライン学習 授業態度の観察 体力テスト
7								
9	球技(ゴール型/ネット型)	フットサル/フラバールバレー ボール	○	○	○	○	a: 球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする。自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに積極的に参加することなどや、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: 生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取組み方を工夫している。c: 球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。d: 技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	授業態度の観察 技能観察 実技テスト 実 ふりか えりレポート
10								
10	体育理論	1スポーツの技術と技能/2技能の上達過程と練習/3技能と体力	○	○		○	a: さまざまな運動・スポーツにはそれぞれ特有の技術や戦術がある。それらの特性を理解し実践できれば、スポーツへの興味関心が高まり、より良い結果、評価につながる。b: スポーツの課題を解決するための合理的な体の動かし方について、個人・チームで考え実践・表現する。d: 個人のスキル、戦術、戦略、作戦について理解し、チームで勝負に対しての結果を表現できる。	授業態度の観察 小テスト

11	球技(ゴール型/ネット型)	ハンドボール/バレーボール						a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする、自己責任を果たそうとすること、作戦などについて話し合いに貢献しようとするなどや、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:生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取組みを工夫している。c:球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。d:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	授業態度の観察 技能観察 技テスト ふりか えりレポート
12			○	○	○	○			授業態度の観察 技能観察 技テスト ふりか えりレポート
1	陸上競技	長距離走	○		○			a:陸上競技に主体的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。c:記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を高めることができるようにする。	授業態度の観察 技能観察 技テスト ふりか えりレポート
1	体育理論	4体カテゴリー5運動やスポーツにおける安全の確保	○	○		○		a:特定の種目を専門で行っているアスリートには、その種目・スポーツ特有な体型、体力・技術を有している。その違いに対しての興味関心を理解することで、種目・スポーツの楽しみ方も違ってくる。b:関心のあるスポーツに対しての競技力向上に即したトレーニングを考えられる。d:運動・スポーツに対して競技の特性を理解し、安全に楽しむことができる。また、より高度な技術の習得により、ゲームの楽しみ方、試合の進め方ができる。	授業態度の観察 小テスト
2	陸上競技	長距離走						a:陸上競技に主体的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。c:記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、各種目特有の技能を高めることができるようにする。	授業態度の観察 技能観察 技テスト ふりか えりレポート
3	球技(ゴール型) ニュースポーツ体験	サッカー	○	○	○	○		a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとする、自己責任を果たそうとすること、作戦などについて話し合いに貢献しようとするなどや、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:生涯にわたって球技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取組みを工夫している。c:球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。d:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。	授業態度の観察 技能観察 技テスト ふりか えりレポート

※表中の観点について a: 関心・意欲・態度 b: 思考・判断・表現 c: 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。