

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年次女子
使用教科書	最新高等「保健」 (大修館書店)						
副教材等	アクティブスポーツ 2019 (大修館書店)						

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。
- ・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
- ・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

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。
- ・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とともに健康の保持増進のための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。

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	自ら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て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、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技能を身に付ける。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	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、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方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	受講態度の観察 ノート レポート ワークシート 等	ノート レポート ワークシート 体育理論のテスト 等	技能観察 ノート 等	ノート レポート ワークシート 体育理論のテスト 等
上に示す観点に基づいて、学習のまとめりにごとに評価し、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		
一学期	ダンス	ダンス I 創作ダンス リズムダンス	○	○	○		<p>a:各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、よい演技を讃えようとする こと、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。</p> <p>b:生涯にわたって各種目を豊かに実践す 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。</p> <p>c:各種目の特性に応じた、各種目、演技 特有の技能やイメージを深めた表現が 身につけている。</p> <p>d:技術やダンスの名称、用語、表現の仕 方など、体力の高め方、運動観察の方 法を理解している。</p>	<p>受講態度の 観察 ノート レポート 技能観察</p>
	球技 (ゴール型)	ハンドボール I	○	○	○	○	<p>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 とすること、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。</p> <p>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り 組み方を工夫している。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>受講態度の 観察 ノート レポート 技能観察 客観テスト</p>

	球技(ネット型)	バドミントン I	○	○	○	○	<p>a:技術の特性に関心を持ち、楽しさや喜びが味わえるように進んで取り組もうとする。また、チームにおける自分の役割を自覚して、その責任を果たし、互いに協力して練習やゲームをしようとするとともに、勝敗に対して公正な態度をとろうとする。さらに、練習場などの安全を確かめ、健康・安全に留意して練習やゲームをしようとする。</p> <p>b:チームの課題や自分の能力に適した課題の解決を目指して、ルールを工夫したり作戦を立てたりして練習の仕方やゲームの仕方を工夫している。</p> <p>c:選択した球技種目の特性に応じた技能を身に付け、作戦を生かした攻防を展開してゲームの仕方を工夫している。</p> <p>d:選択した球技種目の特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方を理解するとともに、競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。</p>	<p>受講態度の観察 レポート 技能観察 客観テスト</p>
	水泳	平泳ぎ	○	○	○	○	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>c:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。</p> <p>d:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	<p>受講態度の観察 レポート 技能観察 客観テスト</p>
	球技(ゴール型)	ハンドボール II	○	○	○	○	<p>a:各種目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。</p> <p>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り組み方を工夫している。</p> <p>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付けている。</p> <p>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。</p>	<p>受講態度の観察 レポート 技能観察 客観テスト</p>

二学期	球技(ボール型)	フットサル I	○	○	○	○	<p>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事、自己責任を果たそうとする事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事などや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>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り組み方を工夫している。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>受講態度の観察</p> <p>レポート</p> <p>技能観察</p> <p>客観テスト</p>
	ダンス	ダンス II 創作ダンス リズムダンス	○	○	○	○	<p>a: 各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、よい演技を讃えようとする事、マナーやルールを大切にしようとする事や自己責任を果たそうとする事など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって各種目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。</p> <p>c: 各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能やイメージを深めた表現が身につけている。</p> <p>d: 技術やダンスの名称、用語、表現の仕方など、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	<p>受講態度の観察</p> <p>ノート</p> <p>レポート</p> <p>技能観察</p>

	体育理論	<p>運動・スポーツの学び方</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スポーツの技術と技能 ・技能の上達過程と練習 ・技能と体力 ・体力トレーニング ・運動・スポーツにおける安全の確保 	○	○	○	<p>a: 技術と技能の違い, 技能と体力の関係やそれらの高め方, 目的におうじたさまざまなトレーニングの方法, けがに関する危険性とその予防法などについて, 意見交換や自身の考えを发表するなどの活動を通して, 学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 技術と技能の違い, 技能と体力の関係やそれらの高め方, 目的におうじたさまざまなトレーニングの方法, けがに関する危険性とその予防法などについて, 必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。</p> <p>d: 技術と技能の違い, 技能と体力の関係やそれらの高め方, 目的におうじたさまざまなトレーニングの方法, けがに関する危険性とその予防法などについて, 言ったり書きだしたりしている。</p>	<p>受講態度の観察</p> <p>ノート</p> <p>レポート</p> <p>体育理論のテスト</p>
--	------	---	---	---	---	--	---

3学期	陸上競技	持久走	○	○	○	<p>a: 各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, よい演技を讃えようとする事, マナーやルールを大切にしようとする事や自己責任を果たそうとするなど, 健康や安全を確保して, 自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって各種目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。</p> <p>c: 各種目の特性に応じた, 各種目, 演技特有の技能やイメージを深めた表現が身につけている。</p> <p>d: 技術やダンスの名称, 用語, 表現の仕方など, 体力の高め方, 運動観察の方法を理解している。</p>	<p>受講態度の観察</p> <p>ノート</p> <p>レポート</p> <p>技能観察</p>
-----	------	-----	---	---	---	---	---

	球技(ゴール型)	フットサルⅡ	○	○	○	○	<p>a: 各種目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、作戦などについての話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。</p> <p>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り組み方を工夫している。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>	<p>受講態度の観察 レポート 技能観察 客観テスト</p>
--	----------	--------	---	---	---	---	--	--

※ 表中の観点について a: 関心・意欲・態度 b: 思考・判断
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。