

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	1年男子
使用教科書	最新高等「保健体育」(大修館書店出版)						
副教材等	「Active sports 2020」(大修館書店出版)						

1 担当者からのメッセージ(学習方法等)

<ul style="list-style-type: none"> ・各種目の中で、生涯わたって運動に親しむ資質を養い、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。 ・各種目を通して、心地よさや楽しさ、心の解放を感じ、目標を達成させる事により自己実現の喜びを知ろう。 ・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

<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・生涯にわたって運動に親しみ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 レポート	行動観察 レポート	技能観察 客観テスト	行動観察 レポート

上に示す観点に基づいて、学習のまとめりごとに評価し、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	体づくり運動 集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 新体力テスト 体力を高める運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 新体力テスト 体力を高める運動	○	○		○	<p>a: 体づくり運動の楽しさや心地よさを味わうことができるよう、体力の違いに配慮しようとするなど、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。</p> <p>b: ねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、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>d: 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。</p>	受講態度の観察 レポート 技能観察 客観テスト
	武道	柔道	○		○	○	<p>a: 武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとするなど、健康・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>c: 柔道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。</p> <p>d: 伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	受講態度の観察 レポート 技能観察
	陸上競技	短距離走	○	○	○	○	<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勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとするなど、マナーやルールを大切にしようとするなど、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、演技特有の技能を身につける。</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>	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察

	水泳	クロール	○	○	○	<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>受講態度の観察</p> <p>レポート</p> <p>技能観察</p> <p>タイム計測</p>
	体育理論	<p>運動・スポーツの学び方</p> <p>・スポーツの技術と技能</p> <p>・技能の上達過程と練習</p> <p>・技能と体力</p> <p>・体力トレーニング</p> <p>・運動・スポーツにおける安全の確保</p>	○		○	<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発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>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、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>受講態度の観察</p> <p>ノート</p> <p>レポート</p>
2学期	武道	柔道	○		○	<p>a: 武道の楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、伝統的な行動の仕方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、健康・安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>c: 柔道の特性に応じた、攻防を展開するための得意技を身に付けている。</p> <p>d: 伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、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>

	球技 ゲーム型	バスケットボール 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、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: 生涯にわたって当該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: 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>
	器械体操	<p>接転技</p> <p>ほん転技</p> <p>発展技</p> <p>演技構成</p>	○	○	○	○	<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よい演技を讃えようとする、マナーやルールを大切にしようとする、自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</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、演技特有の技能を身につける。</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>ノート</p> <p>レポート</p> <p>技能観察</p>
3学期	陸上競技	<p>陸上競技</p> <p>持久走</p>	○	○	○		<p>a: 走ること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ること、マナーやルールを大切にしようとする、自己責任を果たそうとすることなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。</p> <p>b: 生涯にわたって、当該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: 種目の特性に応じた、技能を身につける。</p>	<p>受講態度の観察</p> <p>レポート</p> <p>技能観察</p>

球技 ゲーム型	バスケットボールⅡ	○	○	○	○	<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、作戦などについての話し合いに貢献し、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、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: 技術や戦術の行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。</p>	受講態度の観察 レポート 技能観察 客観テスト
------------	-----------	---	---	---	---	--	----------------------------------

※ 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