

教科	科目	単位数	学年	集団
保健体育	体育	2	2	総合探究科

使用教科書	副教材等
現代高等保健体育 (大修館書店)	現代高等保健体育ノート (大修館書店) アクティブスポーツ (大修館書店) 選択制体育学習ノート (大修館書店)

科目の目標
<p>体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。</p> <p>(1) 運動の合理的・計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。</p> <p>(2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。</p> <p>(3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。</p>

評価の観点とその趣旨	
①知識・技能	<ul style="list-style-type: none"> <li>体の動かし方や用具の操作方法などの具体的な知識と、運動の実践や生涯スポーツにつながる概念や法則などの汎用的な知識を身につけている。</li> <li>運動を通して、各領域の特性や魅力に応じた楽しさや喜びを深く味わうことを示すとともに、各領域における技能や攻防の様相、動きの様相などを身につけている。</li> </ul>
②思考・判断・表現	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を身につけている。
③主体的に学習に取り組む態度	公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保しようとしている。
評価方法	
①知識・技能	(ルール等の小テスト、スキルテスト、発表会、学習プリント・ノート等)
②思考・判断・表現	(学習プリント・ノート、グループワーク等)
③主体的に学習に取り組む態度	(グループ活動の姿勢、安全性の確保、授業への取組状況 等)

学習計画						
月	領域	単元	単元や題材などの内容のまとまりごとの学習目標	評価の観点		
				①	②	③
4	体育理論	運動やスポーツの効果的な学習の仕方	運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、課題を発見し、その解決を目指した活動を通して運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できる。	○		
			運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断することができる。		○	○
	体づくり運動	体ほぐしの運動 (50m、ハンドボール投げ、立ち幅跳び、反復横跳び、持久走)	手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と主体的に関わり合うことができる。	○		
			自己のねらいに応じて、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継続的な運動の計画を立て取り組むことができる。	○		
			生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。		○	
		体づくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保しようとしている。			○	
5	陸上競技	・ハードル走 ・走り幅跳び	ハードル走ではハードルを低く素早く越えながらインターバルをリズムカルにスピードを維持して走り、タイムを短縮したり、競走したりできる。	○		
			走り幅跳びでは、助走のスピードとリズムカルな動きを生かして力強く踏み切り、より遠くへ跳んだり、競争したりできる。	○		
			動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。		○	

5	陸上競技		陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようということ、自己の責任を果たそうということ、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようということなどや、健康・安全を確保しようとしている。			○
6	水泳	平泳ぎ 男子：50m 女子：25m	各種目で用いられる技術の名称やポイントを理解し、それぞれの技術を実践することができる。	○		
			合理的な動きと自己の動きを比較して、成果や改善すべきポイントを見付けることができる。		○	
			自主的に取り組むとともに、事故防止の心得を遵守し健康・安全を確保しようとしている。			○
7	水泳	クロール 男子：50m 女子：25m	各種目で用いられる技術の名称やポイントを理解し、それぞれの技術を実践することができる。	○		
			合理的な動きと自己の動きを比較して、成果や改善すべきポイントを見付けることができる。		○	
			自主的に取り組むとともに、事故防止の心得を遵守し健康・安全を確保しようとしている。			○
	体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方	スポーツは、各ライフステージにおける身体的、心理的、社会的特徴に応じた多様な楽しみ方があること。また、その楽しみ方は、個人のスポーツに対する欲求などによっても変化することについて理解している。	○		
			豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。		○	○
9	体づくり運動	体力を高める運動 (新体力テスト)	体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てることができる。	○		
			生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。			○
10	領域選択	・球技 (ソフトボール、バドミントン、バレーボール、テニス) ・武道(柔道) ・ダンス (創作ダンス)	球技の各型の各種目において用いられる個人の技術やチームとしての作戦や戦術の名称があること、局面ごとに技術の名称があり、それぞれの技術には、技能の向上につながる重要な動きのポイントがあることを理解している。(球技)	○		
			勝敗を競ったり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、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、課題解決の方法、試合の仕方などを理解するとともに、得意技などを用いた攻防を展開することができる。(柔道)	○		
11			リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ることができる。(ダンス)	○		
			生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。		○	○
						○
12	体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方	スポーツの推進は、様々な施策や組織、人々の支援や参画によって支えられていることを理解している。	○		
			豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができる。		○	○
1	陸上競技	長距離走	自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり、競走したりすることができる	○		
			23K(健脚大会)を完走できる。	○		
			動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができる。		○	
			陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようということ、自己の責任を果たそうということ、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようということなどや、健康・安全を確保しようとしている。			○
2	球技選択	球技 (サッカー、テニス、バスケットボール、バドミントン、アルティメット)	勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。	○		
			生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。			○
			球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようということ、合意形成に貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようということ、互いに助け合い高め合おうということなどや、健康・安全を確保しようとしている。			○