学校番号	２０６

令和５年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（女子）	単位数	３単位	年次	３年次
使用教科書	最新高等保健体育改訂版（大修館）						
副教材等	なし						

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	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとする。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	運動の合理的な実践を通して、運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための各領域の運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。	選択した運動の技術（技）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、スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴、運動やスポーツライフの設計の仕方を理解している。
評価方法	受講態度の観察 ノート レポート 等	ノート レポート 等	技能観察 ノート 等	ノート レポート 等
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		
1学期	集団行動　体つくり運動	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 体力を高める運動	○	○		○	a：健康・安全を確保して体つくり運動を実生活に役立てることができるよう、体力などの違いに配慮しようとすることと、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たし、互いに助け合い高め合おうとしている。 b：体ほぐしのねらいや体力を高める運動の考え方を踏まえて、継続しやすい体つくり運動の計画を立てるとともに、自己や仲間のねらいや体力の程度に応じて、適切な運動の種類、強度、量、頻度を選び、体つくり運動を生涯にわたって楽しむための実生活で継続しやすい自己に適した行い方を工夫している。 d：体力の構成要素とそれらが健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて、理解している。	受講態度の観察 ノート レポート
	球技　ネット型	ネット型 バレーボール バドミントン テニス	○	○	○	○	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合いに貢献しようとすることなどや、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り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付けている。 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。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察

2学期	水泳	水泳 クロール 平泳ぎ 背泳	○	○	○	○	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。 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。 c:：水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付け、複数の泳法で泳ぐことをすることができる。 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。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
	球技　ネット型	ネット型 ソフトバレーボール	○	○	○	○	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合いに貢献しようとすることなどや、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り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付けている。 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。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
	選択授業（前期） 選択授業（後期）	男女共修 各自で種目を選択。選択種目によるグループ分けを行い、グループごとに活動する。 選択種目は、バスケットボール、バレーボール、ハンドボール、サッカー、タッチフットボール、バドミントン、フットサル、ダンス等 後期ではグループ、種目替え	○	○	○	○	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。 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。 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。 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。・ﾘｰﾀﾞｰを中心に協力して活動しているか	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
3学期	体育理論	豊かなスポーツライフの設計 生涯スポーツの見方・考え方 ライフスタイルにおうじたスポーツ 日本のスポーツ振興 スポーツと環境	○	○		○	a:スポーツは、各ライフステージにおける身体的、心理的、社会的特徴におうじた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。 b:生涯にわたってスポーツを継続するためには、自己に適した運動機会をもつこと、施設などを活用して活動の場を持つこと、ライフスタイルにおうじたスポーツとのかかわり方を見つけることなどが必要であること。 d:スポーツの振興は、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。 スポーツを行う際は、スポーツが環境にもたらす影響を考慮し、持続可能な社会の実現に寄与する責任ある行動が求められること。	受講態度の観察 ノート 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
c:運動の技能　d:知識・理解

※　年間指導計画（例）作成上の留意点
・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）の各項目において特に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。