学校番号	1204

令和５年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育Ⅲ	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	「最新高等保健体育」　　（大修館書店）						
副教材等	最新高等保健体育ノート　（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・体力や筋力を高める。
・２年次で身につけた運動技能・体力等を基礎として、運動の楽しさや喜び、チームスポーツを通じてチームワークを育み、達成感をもつ。

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。３年次では、上記項目についてより自主的かつ発展的に取り組める力をつける。
・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 プリント	プリント 体育理論のテスト	受講態度の確認 技能観察 技能測定	ノート プリント 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(男女)	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体力を高める運動	○	○		○	a:体つ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こと、自己の責任を果たそうとすることなど、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。 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。 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。	受講態度の観察 プリント
	スポーツテスト（男女）	握力 上体起こし 長座体前屈 反復横跳び 20mシャトルラン 50m走 立ち幅跳び ハンドボール投げ ソフトボール(ベースボール型)	○	○	○	○	a:記録の向上の楽しさや喜びを味わうことができるようすることや記録の計測について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:生涯にわたって自己の運動能力に関心を持ち、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。 c:各種目の特性に応じた技能を身につける。 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。	受講態度の観察 プリント 技能観察

1学期・2学期	水泳（男女）	水泳 クロール 平泳ぎ 背泳ぎ	○	○	○	○	a:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように自己の記録を冷静に受け止め、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:２年次に修得した泳法（クロール、平泳ぎ）に加えて、３年次では、新たに背泳ぎを学び、効率的な泳ぎ方を３泳法とも身に付けている。 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 プリント 技能観察

2学期・3学期	球技（男・女）	ゴール型 バスケットボール サッカー アルティメット ネット型 バドミントン 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。より高度なプレーができるように練習を工夫する。 b:生涯スポーツとして、高齢になっても球技（バドミントン、バレーボール）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つけて、勝敗を競い、その過程で仲間との協調性を高め、協力して勝つ喜びを感じられるようにする。 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 プリント 技能観察

3学期	陸上競技（男女）	陸上競技 長距離走	○	○	○	○	a:長距離走について記録の向上、全身持久力を高め、それと同時に克己心、忍耐力を養う。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:生涯にわたって陸上競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:陸上競技（長距離走）の特性に応じた、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。	受講態度の観察 プリント 技能観察

※　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。