学校番号	T3015

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（通信）	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	「現代保健体育」　（大修館書店）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・基本的技能や応用的技能をより一層追究する。
・各種の運動の実践を通じて、自己の健康を意識し、生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するための資質や能力を育む。

2　学習の到達目標

【知識および技能】
・２年間で培った運動技能を深める。
【思考力・判断力・表現力など】
・公正・協力・責任・参画などに対する意欲を高める。
【学びに向かう力・人間性など】
・健康・安全を確保して、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育てる。

3　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	・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。 ・記録や技能向上に挑戦する。 ・各種の運動や、体つくり運動の実践を通して、自己の健康を意識し、実生活に生かすことができる。	・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り組みを工夫できる。 ・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。	・生涯にわたってスポーツを継続するために、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。

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	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
前期	オリエンテーション	オリエンテーション 新体力テスト	a: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。 c:記録や技能向上に挑戦する。 c: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。	観察 ワークシート		観察 ワークシート
	陸上競技	短距離走 跳躍種目	a: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。 a:陸上競技の特性に応じた技能を身に付けている。 b:基本的技能や応用的技能を、より一層追究している。 c:陸上競技の楽しさや喜びを味わうことができるように健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート
	球技もしくはダンス	球技 ゴール型 ネット型 ベースボール型 ダンス リズムダンス	a:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、ルールを理解している。 a:球技の特性に応じたゲームを展開するための作戦に応じた技能や、ダンスの演技特有の技能を身に付けている。 b:各種の運動において知識を活用し、基本的技能、応用的技能の更なる向上をめざしている。 c:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう、自主的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート
	体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方について	a:豊かなスポーツライフの設計の仕方について、言ったり書きだしたりしている。 c:豊かなスポーツライフの設計について、主体的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート		観察 ワークシート

後期	球技もしくはダンス	球技 ゴール型 ネット型 ベースボール型 ダンス リズムダンス	a:技術や技の名称や行い方、体力の高め方、ルールを理解している。 a:球技の特性に応じたゲームを展開するための作戦に応じた技能や、ダンスの演技特有の技能を身に付けている。 b:各種の運動において知識を活用し、基本的技能、応用的技能の更なる向上をめざしている。 c:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるよう、自主的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート	観察 ワークシート	観察 ワークシート
	体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方について	a:豊かなスポーツライフの設計の仕方について、言ったり書きだしたりしている。 c:豊かなスポーツライフの設計について、主体的に取り組もうとしている。	観察 ワークシート		観察 ワークシート
通年	体つくり運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動	a:運動を継続する意義、体の構造や運動の原則などを理解している。 c:体つくり運動を、自己の健康を意識し、実生活に取り入れられるよう、自ら進んで学習に取り組もうとしている。	観察 ワークシート		観察 ワークシート

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度