学校番号	105

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	現代高等学校保健体育（大修館）						
副教材等	アクティブスポーツ（大修館）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・体を動かす楽しさや心地よさを味わわせるとともに，健康や体力の状況に応じて体力を高める必要性を認識しよう。
・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。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
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うための知識とそれを実践できる技能を身につける。
【思考力、判断力、表現力等】
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、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ようになる。
【学びに向かう力、人間性等】
自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わい、健康や安全を確保して学習に主体的に取り組むことができるようになる。

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	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。	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。 運動の継続や、体力、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。	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つける。

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)
1学期	体つくり運動　ニュースポーツ　テニス（男子）　バドミントン（男子）　水泳（女子）　体育理論	体つくり運動 ニュースポーツ アルティメット（男女） 球技 テニス（男子） バドミントン（男子） 水泳 バタフライ（女子） 体育理論	a：・各種目の特性に応じた技能を習得し、各種目の楽しさや喜び、達成感を味わうとともに、運動を継続するための知識やルール・マナーを正しく理解し、実践できる。 ・体つくり運動では、目的に応じた巧みな動きを実践できる。 ・ネット型競技では、種目特有の基本技能（サーブ、レシーブなど）を安定して行うことができ、ゲームを成立させることができる。 ・水泳（バタフライ）では、特性と呼吸法を理解し、キックとストロークを連動させて、効率的に一定距離を泳ぐことができる。 ・体育理論では、スポーツの文化的特性や現代におけるスポーツの諸課題について理解することができる。 ｂ：・各種目において、自己や仲間の課題を分析し、状況に応じて合理的・計画的に解決策を思考し判断するとともに、仲間とコミュニケーションを図りながら動きの工夫ができる。 ・スポーツにおける課題に対し、自らの考えを様々な視点から考え、解決策を判断し、表現することができる。 ｃ：各種目やにおいての事故防止に関する心得など、健康や安全を確保しつつ、目標達成に向けて粘り強く取り組み、仲間と協力しながら自主的に取り組もうとしている。	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題

2学期	水泳・テニス・バドミントン（男子） サッカー・タグラグビー・バスケットボール・バレーボール（女子）	水泳 バタフライ（男子） 球技 テニス（男子） バドミントン（男子） サッカー（女子） タグラグビー（女子） バスケットボール(女子) バレーボール（女子） 体育理論	a:・各種目の特性に応じた技能を習得し、各種目の楽しさや喜び、達成感を味わうとともに、運動を継続するための知識やルール・マナーを正しく理解し、実践できる。 ・ネット型競技では、種目特有の基本技能(サーブ、レシーブなど）を安定して行うことができ、ゲームを成立させることができる。 ・ゴール型競技では、攻防の応用技能を習得し、集団での戦術やルールを理解し、実践できる。 ・水泳（バタフライ）では、特性と呼吸法を理解し、キックとストロークを連動させて、効率的に一定距離を泳ぐことができる。 ・体育理論では、スポーツの文化的特性や現代におけるスポーツの諸課題について理解することができる。 b:・各種目において、自己や仲間の課題を分析し、状況に応じて合理的・計画的に解決策を思考し判断するとともに、仲間とコミュニケーションを図りながら動きの工夫ができる。 ・スポーツにおける課題に対し、自らの考えを様々な視点から考え、解決策を判断し、表現することができる。 ｃ：各種目やにおいての事故防止に関する心得など、健康や安全を確保しつつ、目標達成に向けて粘り強く取り組み、仲間と協力しながら自主的に取り組もうとしている。	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題

3学期	サッカー・タグラグビー・バスケットボール・バレーボール（男子）　テニス・バドミントン（女子）	球技 サッカー（男子） タグラグビー（男子） バスケットボール(男子) バレーボール（男子） テニス（女子） バドミントン（女子）	a:　・各種目の特性に応じた技能を習得し、各種目の楽しさや喜び、達成感を味わうとともに、運動を継続するための知識やルール・マナーを正しく理解し、実践できる。 ・ネット型競技では、種目特有の基本技能(サーブ、レシーブなど)を安定して行うことができ、ゲームを成立させることができる。 ・ゴール型競技では、攻防の応用技能を習得し、集団での戦術やルールを理解し、実践できる。 b:　・各種目において、自己や仲間の課題を分析し、状況に応じて合理的・計画的に解決策を思考し判断するとともに、仲間とコミュニケーションを図りながら動きの工夫ができる。 ｃ:各種目やにおいての事故防止に関する心得など、健康や安全を確保しつつ、目標達成に向けて粘り強く取り組み、仲間と協力しながら自主的に取り組もうとしている。	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	観察 ワーク シ ート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題

※　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