学校番号	105

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	ｽﾎﾟｰﾂ科学演習	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							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

私たちには個人としてだけでなく、これからの社会を担う一員として、健康やスポーツを社会の中で考えていける力を身につけることが求められています。スポーツを『する』だけでなく、『見る』『支える』『知る』という関わりあることを理解し、学びの中でスポーツの学習領域を知り、知識を深め今後のスポーツと自分のかかわり方を考えてほしいと思います。

2　学習の到達目標

【知識・技能】
様々なスポーツの専門的な実践に関する具体的な事項及び、スポーツに関する知識、自身の身体の仕組みを理解し、実践できるようになる。
【思考・判断・表現】
『生涯スポーツ』をキーワードに今後のライフプランの立案とスポーツの実践計画を立案し、各ライフステージにおける課題に応じた運動や学習の取り組み方を考えることができる。
【主体的に学習に取り組む態度】
様々なスポーツ・トレーニングの合理的な実践及び健康の増進と体力の向上に活用し、主体的に取り組むことができる。

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	スポーツの専門的な実践に関する具体的な事項及び、スポーツに関する知識を理解している。 スポーツの振興発展に寄与するための理論について理解している。	生涯を通してスポーツの振興発展に寄与することを目指して、各科目の課題に応じた運動や学習の取り組み方、健やかな心身の高め方や維持の仕方を工夫している。	選択した科目の学習や課題研究等によって，スポーツへの多様な関わり方を自ら実践している。

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	スポーツ科学	パラスポーツ ニュースポーツ 体つくり運動 体育理論	a:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解し、様々なスポーツに触れ、ルールを理解し実践している。 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。 c: スポーツの特性や魅力に応じた楽しさや喜びを深く味わうとともにスポーツにおいて体力の違いに配慮し、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。	テスト 観察 ワークシート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	テスト 観察 ワークシート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	レポート 観察 ワークシート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題
2学期	スポーツ科学	パラスポーツ ニュースポーツ 体つくり運動 体育理論 体力トレーニング論	a:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解し、様々なスポーツに触れ、ルールを理解し実践している。 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。 c: スポーツの特性や魅力に応じた楽しさや喜びを深く味わうとともにスポーツにおいて体力の違いに配慮し、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。	テスト 観察 ワークシート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	テスト 観察 ワークシート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題	レポート 観察 ワークシート ﾊﾟﾌｫｰﾏﾝｽ 課題

3学期	生涯スポーツ	パラスポーツ ニュースポーツ ｽﾎﾟｰﾂﾗｲﾌﾌﾟﾗﾝを立案しよう	a:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解し、様々なスポーツに触れ、ルールを理解し実践している。 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。 c: スポーツの特性や魅力に応じた楽しさや喜びを深く味わうとともにスポーツにおいて体力の違いに配慮し、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。	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	レポート 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