※令和４年度以降入学生用

学校番号	404

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	（学）スポーツ実践	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	「現代高等保健体育」（大修館出版）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

体育系進学および教員を目指す人、生涯にわたってスポーツと関わっていきたいと考えている人、人に物事を教える技術を習得したい人を対象とした授業です。
水泳の授業もあり、場合によっては課外活動や授業の用具等を購入してもらう可能性があります。

２　学習の到達目標

・色々な分野のスポーツに慣れ親しみ、その実践を通じて健康や体力についての理解を深める。
・安全面に留意し、自立、自発的な態度を養い、協調性、社会性を身につける。
・高校卒業後も生涯を通して継続してスポーツができる能力を育成する。

※令和４年度以降入学生用

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	・チームの課題や自分の能力に応じて、選択した種目の特性に応じた技能を身につけ、ゲームをすることができる。 ・身につけた個人的技能や集団的技能を高めたり、新たに身につけた技能で攻防を展開したりしてゲームをすることができる。 ・技能の段階に応じて、相手との攻防にあった作戦で練習やゲームをすることができる。 ・選択した泳法について特徴的な動きを身に付けて泳ぐことができる。 ・速く泳いだり、続けて長く泳いだりするために必要なターンや加速などができる。	・チームや自分の能力に応じた適切な課題を設定している。 ・チームや自分の課題を解決するための適切な練習方法を選んだり、見つけたりしている。 ・技能の段階に応じて相手との攻防にあった作戦を立てている。 ・チームや自分の課題の達成状況をとらえ、練習やゲームの仕方を見直したり、新しい課題を選んだりしている。 ・泳法ごとに、自分の能力に応じた目標記録や課題を定めている。 ・課題解決に必要な、練習や競泳の方法を選んだり、見つけたりしている。 ・課題の達成状況をとらえ、練習や競泳の仕方を見直したり、新しい課題を選んだりしている。	・技能の段階に応じて、作戦を立てて勝敗を競い合う球技の楽しさや喜びを味わおうとする。 ・練習やゲームで、チームにおける自分の役割を果たし、協力して教えあったり、励ましあったりしようとする。 ・練習やゲームで、審判の判定や指示に従い、ルールを守り、勝敗や結果を受け入れようとする。 ・練習やゲームの場所の安全を確かめ、安全な練習方法で行おうとし、危険なプレーをしないなど、健康・安全に留意しようとする。 ・速く泳いだり、続けて長く泳いだり、競泳をしたりする水泳の楽しさや喜びを味わおうとする。 ・練習や競泳で、仲間と互いに協力して補助し合ったり、励ましあったりしようとする。 ・水泳の事故防止の心得を守り、練習や競泳をする上でのルールを守るなど、互いの健康･安全に留意しようとする。
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。			

※令和４年度以降入学生用

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・2学期	体つくり運動・体育理論	体育理論 集団行動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	a:体ほぐしの運動、スポーツの文化的特性を理解し、実践することができる。 b:仲間との関わり合いの中で、互いの課題を指摘し合い、ねらいに応じて運動の取り組み方を工夫することができる。現代スポーツの発展について考え、問題を発見し、解決をめざすことができる。 ｃ:運動を指導する側として、多くの体の動きを体験する。	実技テスト レポート	技術の活用及び応用 レポート	授業態度
	球技	ゴルフ アルティメット フォットサル テニス ソフトボール 6人制バレーボール フラッグフットボール	a:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。 b:自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。 c:自主的に取り組むとともにフェアプレイを大切にしようとしている。	実技テスト レポート	技術の活用及び応用 レポート	授業態度

※令和４年度以降入学生用

	水泳	バタフライ 4種目の個人メドレー （男女により実施時期が前後する。）	a:技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、効率的に泳ぐことができる。 b:自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し考えたことを他者に伝えることができる。 c:ルールやマナーを大切にし、事故防止に関する心得を遵守しようとしている。	実技テスト	技術の活用及び応用 レポート	授業態度
3学期	選択制	バドミントン(ダブルス) シャトルラン	a: 各種目についての技能やルールを理解し、発揮できる技術を身につけることができる。 b: 自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。 c: 勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとすることができる。	実技テスト	技術の活用及び応用 レポート	授業態度

※　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