※令和４年度以降入学生用

学校番号	２００１

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	使用せず						
副教材等	使用せず						

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・体力や筋力を高めよう。
・仲間とともにスポーツを考えることで、興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。

2　学習の到達目標

・生涯体育という観点から種目選択を行い、好きな種目の技術、技能向上を目指す。
・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し、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。
・さらに指導者の立場を経験することにより、安全性をふまえ自己及びチームの課題の解決ができる能力を身に付ける。

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。 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。	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。	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。仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。 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。

※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	(男女)体つくり運動	オリエンテーション ラジオ体操 体ほぐしの運動 新体力テスト 体力を高める運動	a:定期的・継続的に運動を続けることで心身の健康や体力の保持増進につながること、同じ・強度の高い運動をしすぎると関節に負荷がかかりケガにつながることなどを理解している。 a:それぞれの運動におけるねらいを理解し、強度・回数・期間など実生活で継続できるために種目を選択し、無理のない範囲で計画を立てて取り組むことができる。 b:健康の保持増進や調和のとれた体力向上を図るための運動の計画を立てている。また、自他の課題を発見し、それぞれの運動能力に応じた取り組み方を工夫しようとしている。 c: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に健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。	・スキルテスト ・知識テスト	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題

※令和４年度以降入学生用

	体育理論	スポーツの発祥と発展 運動・スポーツの学び方 豊かなスポーツライフの設計	a: 運動の技術名称・実践方法・体力の高め方・課題解決方法など健康・安全を確保した運動の楽しさや喜びを味わえるように理解している。 b: 学習で得た知識を活用できるよう思考し判断するとともに、運動の継続や体力・技能の向上のために計画を立てて取り組みを工夫しようとしている。 c: 公正・協力・責任・参画などの態度を身につけるなど、健康や・安全に留意した学習に自主的に取り組もうとしている。	・レポート	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題
1学期・2学期	水泳 1学期後半から2学期前半	水泳 クロール 平泳ぎ バタフライ	a:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。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。 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。自身の泳法についての課題を発見し自ら解決しようとしている。また他者の泳ぎや取り組みを見て学ぼうとしている。 c:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、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。	・スキルテスト ・ゲーム	・レポート ・パフォーマンス課題 ・ゲーム	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題 ・ゲーム

※令和４年度以降入学生用

	選択体育　前期	バスケットボール バドミントン バレーボール 卓球 ソフトボール サッカー テニス	a: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いる。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。 b:生涯にわたって球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。他者の泳ぎや取り組みを見て学ぼうとしている。 c: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。	・スキルテスト	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題

※令和４年度以降入学生用

	選択体育　後期	バスケットボール バドミントン バレーボール 卓球 ソフトボール サッカー テニス	a: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いる。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。 b:生涯にわたって球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。他者の泳ぎや取り組みを見て学ぼうとしている。 c: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。	・スキルテスト	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題

※令和４年度以降入学生用

３学期	選択体育　後期継続	バスケットボール バドミントン バレーボール 卓球 ソフトボール サッカー テニス	a: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いる。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。 b:生涯にわたって球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。他者の泳ぎや取り組みを見て学ぼうとしている。 c: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。	・スキルテスト	・レポート ・パフォーマンス課題	・授業参加 ・レポート ・パフォーマンス課題

※　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