学校番号	309

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	３単位	年次	３年次
使用教科書	大修館書店　　現代高等保健体育改訂版						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

出席、参加することとランニングや準備運動への取り組み姿勢、準備や後片付けに対する積極性を特に評価し、時間、ルール（服装、準備物、施設使用のマナーなど）を遵守する態度を集団として考えながら指導する。基礎体力の向上、運動技能の習得においては、できる限り個人の能力に応じて明確な目標設定ができる課題を設定し、チャレンジする姿勢を育てる。種目の楽しさにふれながら仲間と協働することの喜びを感じ高め合えるように指導を進める。

2　学習の到達目標

体育の授業を通して、集団を意識して行動する、公正、協力、責任等の態度を育てる。体力の向上、自己管理能力を高め、各種運動の実践から、運動の楽しさや喜びを味わうとともに、将来にわたって運動の必要性を理解する。

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	・丁寧な準備・計画、そのスポーツの特性を十分に理解し、円滑で、無駄のないパフォーマンスができる ・楽しむことと同時に事故や怪我の予防にも注意しながら取り組むことができる ・配布資料から種目の特性や技能のポイントなどを理解して、実践することができる ・起こりやすい怪我や事故等の情報を収集することができる	・集団行動において、主体的な学習を行うことができるよう、ルールやきまりを守り秩序ある授業態度を心がけることができる ・声を使ったコミュニケーションを図り、自分の意思を仲間に伝達したり、協力の態度を示したりすることができる ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かすことができる	・運動を楽しみ、積極的に競技に参加することができるとともに、運動技能の仕組みやリズムを理解し、上達しようとすることができる ・安全性に配慮しながら授業に取り組むことができる ・他者を尊重するため、また他者の健康を守るため、そして秩序あるスポーツを楽しむことができるため、ルールを守りながら運動をすることに楽しさを感じることができる
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)
全学期	A体つくり運動	集団行動 ラジオ体操第一	a: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、体力の違いに配慮しようとすること、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。 b:「ラジオ体操第一」を正しく　実践できる。運動としての効果を確保するために、自分の身体を巧みに操作して一つ一つの動きを大きくはっきりと行うことができる。 c:ラジオ体操の正しい実践を目指して、主体的な態度で練習をしたり、他者との教え合いを行ったりすることができる。	技能テスト	ふりかえりシート	ふりかえりシート
全学期	H体育理論	・生涯スポーツの見方・考え方 ・ライフスタイルに応じたスポーツ ・スポーツを推進する取り組み ・豊かなスポーツライフの創造	a. 運動や効果的な学習の仕方について理解できるようにする。 b. 運動やスポーツの技能の上達過程には段階に応じた練習方法があることを理解できるようにする。 c. 期待する成果に応じた技能や体力の高め方があることを理解し、周りとともにトレーニングの計画を立てるなど自発的に行動しようとしている。	知識テスト	ふりかえりシート	ふりかえりシート

1学期	体つくり運動・球技・器械運動	女子 硬式テニス サッカー バスケットボール 男子 ラグビー 器械体操(マット) 陸上競技	a:個人の体力、運動能力の現状を確かめることができる 配布資料からポイントを読み取り正確に実行できる b:記録や技術の向上に挑戦できたか 新たな技の習得と技能の上達過程を客観的に判断できる ｃ：集団行動の主な行動様式を再確認し、機敏、的確に行動できる各種目に対して、自ら積極的に取り組むことができる	実技テスト レポート 話し合い活動	受講態度 ふりかえり	受講態度 ふりかえり ラジオ体操 準備後片付け
1学期(女子) 2学期(男子)	水泳	平泳ぎ	a: 水泳の安全面の理解ができたか 水泳の特性に応じた泳法を身につけることができたか b:生涯にわたり水泳を楽しむ豊かな心が持てたか c: 水泳の楽しさを味わい、自己の課題に応じた取り組み姿勢がとれた	実技テスト レポート 話し合い活動	受講態度 ふりかえり	受講態度 ふりかえり ラジオ体操 準備後片付け
2学期・3学期	体つくり運動・球技	ソフトボール 軟式テニス サッカー バレーボール バスケットボール バドミントン その他	a:各種目のルール、特性を理解でいたか b:各種目の楽しさ、できた喜びなど仲間と共有し、互いに認め合えたか ｃ：積極的な姿勢で取り組み、スキルアップをめざせたか 仲間と連携、協力しゲームを楽しめたか	実技テスト レポート 話し合い活動	受講態度 ふりかえり	受講態度 ふりかえり ラジオ体操 準備後片付け

※　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