※令和４年度以降入学生用

学校番号	２０１

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	新高等保健体育　（大修館書店）						
副教材等	無し						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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。
・自他の運動を観察し、分析して伝え合うことで興味・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。
・生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動をするだけでなく、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よう。3 年次で自分たちで運動の取り組みを計画したり運営したりする方法を学ぶ。

2　学習の到達目標

・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い、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するため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。
・生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
・運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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い、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するため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けている。	生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保している。
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。			

※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	集団行動 体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 体ほぐし運動 体力を高める運動	a：体つくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解しているとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てることができる。 b：生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 c：体つくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとすること、合意形成に貢献したり、健康・安全を確保している。	技能観察 実技ﾃｽﾄ	受講態度の観察 授業ノート 技能観察 実技ﾃｽﾄ	受講態度の観察 振り返りレポート
	球技（ゴール型・ベースボール型・ネット型）	既習の球技から１種目を選択して実施 ゴール型 ハンドボール バスケットボール サッカー アルティメット ベースボール型 ソフトボール ネット型 バドミントン テニス バレーボール 卓球	a:技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解しているとともに作戦や状況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。ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 b：生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫しているとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えている。 c：球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすること、合意形成に貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、互いに助け合い高め合おうとしたり、健康・安全を確保している。	技能観察 実技ﾃｽﾄ	受講態度の観察 授業ノート 技能観察 実技ﾃｽﾄ	受講態度の観察 振り返りレポート

※令和４年度以降入学生用

	女子水泳 男子水泳	水泳 クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ	a:技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解しているとともに、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐことができる。手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 b: 生涯にわたって運動を豊かに継続するための自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 c: 水泳に主体的に取り組むとともに、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、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしたり、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保している。	技能観察 実技テスト	受講態度の観察 授業ノート 技能観察 実技テスト	受講態度の観察 振り返りレポート
2学期	球技（ゴール型・ベースボール型・ネット型）	既習の球技から1学期とは別の1種目を選択して実施 ゴール型 ハンドボール バスケットボール サッカー アルティメット ベースボール型 ソフトボール ネット型 バドミントン テニス バレーボール 卓球	a:技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解しているとともに作戦や状況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。ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 b: 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫しているとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えている。 c: 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとすること、合意形成に貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、互いに助け合い高め合おうとしたり、健康・安全を確保している。	技能観察 実技テスト	受講態度の観察 ワークシート 技能観察 実技テスト	受講態度の観察 振り返りレポート

※令和４年度以降入学生用

３学期	体育理論	豊かなスポーツライフの設計の仕方	a:豊かなスポーツライフの設計の仕方について、理解している。 b:豊かなスポーツライフの設計の仕方について課題を発見し、より良い解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている c: 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、学習に主体的に取り組んでいる。	ワークシート レポート テスト	受講態度の観察 ワークシート レポート テスト	受講態度の観察 振り返り レポート

※　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