学校番号	T1206

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	新高等保健体育（大修館出版）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・各種目の中で、自分の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力を高めよう。
・自分やクラスメイトの運動を観察し、分析することで各スポーツの興味・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、生涯に渡って出来るスポーツを考えてみよう。

2　学習の到達目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、生涯にわたって運動を継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

１）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味わい、その多様性や体力の必要性について理解し、それらの技能を身につける。
２）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、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身につける。。
３）運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組み、互いに協力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身につける。

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	運動の技能の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方を理解している。運動の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現したりするための段階的な技能を身に付けている。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫している。また、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。	生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現を目指して、自己や仲間の状況に応じて体力を高めるための運動を継続するための計画を工夫している。運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、公正、協力、責任、参画などに対する意欲をもち、健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。

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)
前期	集団行動・体づくり運動	集団行動 体づくり運動 新体力テスト	a: 新体力テストの測定結果などを参考にして自己の体力の状況を把握し、体力の向上を図ることができている。運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。 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工夫をしている。 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、体力の違いに配慮し、自己の責任を果たそうとするなど、健康・安全を確保し,学習に自主的に取り組もうとしている。	新体力テスト レポート	レポート 授業態度	授業態度
	球技	バドミントン	a: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。各種目の特性に応じた、各種目の技能を身につけている。 b:生涯にわたって各種目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。 c:各種目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ること、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、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	実技テスト レポート	授業態度 レポート	授業態度
		バレーボール				
後期	体育理論	運動スポーツの文化的特徴	a:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、発言したり書き出すことができている。 b:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 c:スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に主体的に取り組もうとしている。	レポート 授業態度	レポート	授業態度

	球技	卓球	a: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。各種目の特性に応じた、各種目の技能を身につけている。 b:生涯にわたって各種目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。 c:各種目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ること、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、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	実技テスト レポート	授業態度 レポート	授業態度
		サッカー				
	陸上競技	長距離走	a: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。各種目の特性に応じた、各種目の技能を身につけている。 b:生涯にわたって各種目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。 c:各種目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ること、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、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	記録 レポート	授業態度 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