学校番号	T0207

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	（学）実践体育	単位数	２単位	年次	４年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や選択種目の中で、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、自他の運動を観察し、分析していく中で、興味・関心を高めながら運動の楽しさや運動をすることの喜び、達成感を共有しよう。
・生涯を通じて運動を楽しむことができるよう、体育の授業を通して運動する・見る・支える・調べるといったことを学び、自分に合った運動やスポーツライフを考えてみよう。

2　学習の到達目標

・基本技術の習得と基本知識の習得を目指す。
・心と体を一体としてとらえ、健康・安全に留意して運動する態度を養う。
・社会的な態度や健康・安全に留意して運動をする態度を習慣化し、日常生活に生かすなど、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質・能力を養う。

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	各種目の技術・技能を身につけ、試合に活かすことができる。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむことができる。 各種目の特性やねらいを把握する。 積極的に学ぶ姿勢を養い理解を深める。	知識を活用し、技能向上につなげる。 学習で得た知識を活かし、自ら応用して他の運動や生活に活かす。	自ら進んで運動することの楽しさや喜びを味わおうとする。 集団の中の一員として行動し、協調性を持って運動に取り組むことができる。

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)
前期	体つくり運動	・オリエンテーション ・体力測定(新体力テスト)	a:測定方法を理解している。正しい測定方法で実施できている。 b: c:自己の体力に向き合い、健康・安全を確保して運動に主体的に取り組もうとしている。自らの課題に応じた運動の取り組み方などを工夫している。	実技テスト 授業内評価 レポート課題	授業内評価 レポート課題	授業内評価 振り返りシート
	球技	・バレーボール ・スポンジテニス	a: 各種目の基礎・基本的な技術を身につける。各種目の技術や技の名称、ルールなどを理解している。 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。また、周囲の仲間と協力して運動し、お互いを讃えることができる。 c:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、主体的に活動することができる。			
後期	球技	・バドミントン ・卓球	a: 各種目の基礎・基本的な技術を身につける。各種目の技術や技の名称、ルールなどを理解している。 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。また、周囲の仲間と協力して運動し、お互いを讃えることができる。 c:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、主体的に活動することができる。			

	体育理論	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:授業の内容に関して自分の考えを発表したり、書き出したりしている。 b:授業の内容に対して必要な情報を比較したり分析したりして自分の考えをまとめている。 c:スポーツの歴史や文化的特性、経済的な観点などを学ぶことに主体的に取り組むもうとしている。			
	陸上競技	陸上競技 長距離走	a:長距離走の意義を理解している。 b:各自の体力に合わせた目標を設定し、記録の向上を目指している。 c:生涯にわたって運動を実践していくための、自己の課題に応じた取り組み方を工夫している。主体的に取り組もうとしている。			

※　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