学校番号	T3010

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	現代高等保健体育　（大修館）						
副教材等	ステップアップ高校スポーツ　（大修館）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

○運動を通して、さわやかな気分・心地よさを味わい、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
◯現代社会で健康を保持増進していくために、基礎・基本的な運動技能を高め、生涯スポーツを見つけ実践していけるように運動の方法を学ぼう。
◯体育の授業を通じて、自己やグループの能力と運動の特性について学び、工夫して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

【知識及び技能】
生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を運動場面だけでなく日常生活においても活かせるよう、運動の合理的な行い方を身につけ、健康についての知識や理解を深める。
【思考力、判断力、表現力等】
チームや自分の能力に応じた適切な課題を設定し、学んだ基礎的な技能を応用し、思考・判断するとともに、自己や仲間の考えを他者に伝える力を養う。
【学びに向かう力、人間性等】
運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう自ら進んで運動し、公正、協力、責任などの態度を養うとともに、健康・安全に留意して運動することができる。

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	競技の特性や基本的な技能等を理解し、チームの課題や自己の能力の段階に応じた練習方法を選択し、実践することができる。 知識を活用し、課題解決に取り組むことができる。	チームや自分の能力に応じた適切な課題を設定し、よりよ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。	積極的に進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとしている。 結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断し、次に向けて目標を立てることができる。

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)
一学期	体つくり運動・体力測定	・オリエンテーション ・体つくり運動 ・体力測定	a: 活動を正しい方法で行うことができる。 b: 活動の目的を理解している。 c: 体つくり運動の楽しさや心地よさを感じ、自らの体力に応じて自主的に取り組もうとしている。	技能観察 レポート	技能観察 レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	球技	・ソフトボール (ベースボール型・集団種目)	a:ルールや用具の使い方を理解し、基本的な運動技能を高めることができる。 b:種目特性を理解し、知識・技能を事故の課題に応用することができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と競い高め合うことができる。			
		・テニス(ネット型) シングルス・ダブルス	a:技術・用具の名称やルールを理解し、各種目の特性に応じた技術を身につけている。 b:知識に基づき、自らの課題克服に向けた取り組みを考えることができる。 c:マナーやルールを守り、技能向上や協調性をはぐくもうとする姿勢が見られる。			

二学期	球技	・バスケットボール （ゴール型・集団種目）	a：種目の基礎・基本的な技術を身につける。また、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。 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ている。	技能観察 レポート	技能観察 レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	ダンス	・創作ダンス	a: テーマに合った動きを体の柔軟性や、力強さ、動きの速さなど、さまざまに織り交ぜて表現することができる。 b: 表現など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た取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c: ダンスに自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとすることができる。	技能観察 発表	技能観察 発表 レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	陸上競技	・長距離走 20 分間走	a：一定のペースで走り続けることの意義や、持久力向上のための効果的な練習法について理解することができる。 b：運動の効果的な学習の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けた取り組みを工夫し、考えを他者に伝えることができる。 c：安全や健康に配慮し、積極的に授業に参加している。	技能観察 レポート	技能観察 レポート	受講態度の観察 振り返りシート

三学期	球技	・卓球 シングルス・ダブルス	a:種目の楽しさを味わうことができるよう、ルールやマナーを大切にしようとすることなどについて理解している。 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。 c:スポーツマンシップにのっとり、積極的に参加するとともに、自らの課題を調整し、粘り強く取り組もうとしている。	技能観察 レポート	技能観察 レポート	受講態度の観察 振り返りシート
	体育理論	・体育理論 視聴覚教材活用	a:運動やスポーツの効果的な学習の方法について理解することができる。 b:各課題について考察し、問題解決に向け取り組むことができる。 c:学習したことを体育実技・実生活につなげ、考えることができる。	体育理論のテスト	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察 振り返りシート

※　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