学校番号	３０１８

令和８年度　保健体育

教科	保健体育	科目	ライフスポーツ	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	なし						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

運動を通して、「もの」を創造することに関連付け、体の使い方、動き方の理解を深める。
また、運動を通して、人間づくりに向けた心と体の一体的な総合力「健康の保持増進、体力」の向上を図る。各種の運動を合理的、自主的に実践することを生活習慣化し、生涯体育との関連を図る。

2　学習の到達目標

体力・運動技能の向上、健康、安全の保持、増進を図る。
体力づくり、運動技能づくりが自主的、効果的にできる能力を身に付けさせる。
運動の実践を通じて公正、協力、責任などの態度を育て、社会性を育成する。

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	生涯スポーツに挑戦する記録や技能向上に挑戦する。 運動種目の特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、各領域の運動特性に応じた技能を身につける。 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、練習の仕方、スポーツを行う際の健康・安全の確保の仕方についての具体的な方法を理解している。	知識を活用し、技能向上につなげる。 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取組を工夫しアドバイスすることができる。 運動を継続したり、体力や技能向上をするための計画を考えることができる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。 健康や安全に配慮し、自分の体のつくりを理解して学習に主体的に取り組もうとする。 公正、協力、責任などの態度を育て、社会性を身につける。

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)
1学期	インディアカ	・ショット、サーブ ・ゲーム形式(ダブルス)	a: 競技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。 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。 b:生涯にわたって球技を豊かに実践していくため、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: 競技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとする、作戦などについて話し合いに貢献しようとすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 技能観察 記録測定 スキルテスト
	バレーボール	・パスワーク・サーブ、レシーブ、アタック等 ・ゲーム形式(ネットを挟んでのチームプレー)				
	水泳	泳法の習得:個人メドレー	a: 水泳の特性に応じた効率的な泳法を身につけている。 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:生涯にわたって水泳を豊かに実践するため、自己の課題に応じた運動の取り組み方をしている。 c: 水泳の楽しさや喜びを味わうことができるようにタイムを冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとすることや自身の体に対しての理解を深め、水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。			

2学期	バドミントン 卓球	・ラリー・サーブ等 ・ゲーム形式	a: 競技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。 :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。 b:生涯にわたって球技を豊かに実践していくため、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: 競技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとする、作戦などについて話し合いに貢献しようとすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 技能観察 記録測定 スキルテスト
	テニス	・ストローク・サーブ等 ・ダブルスでのゲーム形式(ネットをはさんでの連携)				
	モルック	ゲーム形式				
3学期	アルティメット	フォアハンドパス、バックハンドパス、フットワーク、攻撃陣形等 ・ゲーム形式	a: 競技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。 :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。 b:生涯にわたって球技を豊かに実践していくため、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: 競技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たそうとする、作戦などについて話し合いに貢献しようとすることなどや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 レポート 技能観察 記録測定 スキルテスト ノート	受講態度の観察 技能観察 記録測定 スキルテスト

※　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