学校番号	３０１８

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　（大修館書店）						
副教材等	現代高等保健体育ノート　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・力や運動技能の向上のために、自身の体に対しての理解を深めて、健康や安全の保持、増進を図ろう。
・体力づくりや、運動技能づくりを自主的、効果的にできるようになろう。
・体育の授業を通して運動する生活習慣を身につけよう。
・各種目を通して、公正・協力・責任・参画などの態度を育て、社会性を育もう。

2　学習の到達目標

・各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、知識・技能を身に付けるようにする。
・運動や健康についての自他や社会の課題を発見し，合理的，計画的な解決に向けて思考し判断するとともに，他者に伝える力を養う。
・生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し，明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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	記録や技能向上に挑戦する。 運動の合理的な実践を通して、種目特性に応じて勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための各領域の運動特性に応じた段階的な技能を身につける。 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、練習や発表の仕方、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。 スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。	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。 結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断できる。 公正・協力・責任・参画などの態度を身につける。

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	球技　ゴール型　ネット型	ゴール型 サッカー アルティメット ネット型 バドミントン 体つくり運動	a: 球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: 球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、自己責任を果たようとする、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。 d: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ようとすること、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に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

2学期	体育理論	・生涯スポーツの見方・考え方 ・ライフスタイルに応じたスポーツ ・日本のスポーツ振興 ・スポーツと環境	a: スポーツへのかかわり方についてについて、発言したり、書き出したりしている。 b:生涯スポーツの実践について必要な情報を収集したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 c: 生涯にわたって豊かに健康に生活を送るためにスポーツとどうかかわっていくのか、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
	水泳	水泳 背泳ぎ 3種目のメドレー （背泳ぎ、平泳ぎ、クロール）	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。	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	受講態度の観察 技能観察 記録測定 スキルテスト

2学期	球技　ゴール型　ベース型	ゴール型 　ラグビー ベース型 　ソフトボール	a: 球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: 球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、自己責任を果たようとする、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
3学期	種目選択制	クラス単位で種目を毎回選択し実施	a:身体を動かすことの楽しさや喜びを味わうことができる。 b:互いの違いや良さを認め合うこと、自己の責任を果たそうとする c: 自主的に、意欲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