学校番号	T3036

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）

・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深く味わおう。
・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、合理的・計画的な思考と判断をもって仲間とともに楽しく豊かに実践して行こう。
・運動における競争や協働の経験を通じて、公正に取り組み、互いに協力し自己の責任を果たそう。

2　学習の到達目標

（１）自己の状況に応じて自ら考えて行動する運動実践によって、運動の意欲を高める。
（２）仲間との協働によって公正、協力、責任を持った行動を行う。
（３）生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けた取り組みを工夫する。

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	・運動の技術や名称や行い方、練習や体力向上について理解しているか。 ・自己の能力と運動の特性に応じた課題を見つけ技能を高めているか。 ・種目の特性やルール、審判法を理解しているか。	・知識を活用し、仲間と協働して課題を考えて運動実践を行っているか。 ・自己と仲間の能力と適性に応じたスポーツを選択し互いに協力して責任を果たしているか。 ・生涯の豊かなスポーツライフの実現に向け計画的に実践しているか。	・積極的に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、スポーツの練習・試合の進行・審判を行うことができる。 ・安全に運動実践を学ぶ態度を持っているか。

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 ・体つくり運動 ・体力を高める運動 ・新体力テスト	a:身体の構造や機能、運動の効果的な行い方について理解することができる。 b:自己の課題に応じた運動を行うことができる。 c:自己と他者の違いに気づき、互いに配慮し活動することができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
	球技（ベースボール型）	・キックベースボール 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。 ・ソフトボール 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。	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・技能を自己の課題に応用することができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
	球技（ゴール型）	・フライングディスク 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。	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・技能を自己の課題に応用することができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
後期	体育理論	・生涯にわたり実践できる具体的なスポーツライフの楽しみ方 ・運動スポーツにおける危険予知と安全について	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、問題か行ける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・実生活に繋げ考えることができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 ワークシート	受講態度の観察 ワークシート

後期	領域選択(前半)	・ゴルフ(ターゲットバードゴルフ) ・テニス ・卓球 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。	a:生徒自身の選択による主体的な学びを高め、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・技能を自己の課題に応用することができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
	球技(ネット型)	・バドミントン 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。 ・卓球 基本的な技能を高め、ルールを理解し、実施する。	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・技能を自己の課題に応用することができる。 c:自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察
	陸上競技	・持久走 持久力向上のため、ペースを意識し、各自目標を立て取り組む。	a:持久力向上のため効果的な練習法について理解することができる。 b:自己の課題に応じた運動を行うことができる。 c: 自己の役割を果たし、仲間と競い高めあうことができる。	受講態度の観察	受講態度の観察 自己評価表	受講態度の観察 生徒間での実技方法の観察

※　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