学校番号	１３０２

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	使用教材なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・各種運動を通し、運動する楽しさや喜びを体感します。
・各種運動を通し、各技能の向上や仲間との連帯感や協調性を高めます。
・晴天時には、各運動場所で各種運動を実施します。雨天時には、DVD 教材を利用して、関連する運動種目について、視覚的にアプローチすることで理解を深めます。
・実技科目ですが、積極的な ICT 活用によって、「見て学ぶ」という活動も取り入れています。
・毎時間の受講態度やワークシートなどで評価します。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
・体の動かし方や用具の扱い方、課題解決の方法を理解し、それらを実践する中で各運動種目の楽しさを味わう力を身につける。
【思考力、判断力、表現力等】
・自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫し、課題解決に向けて必要な技能を考え、表現できる力を身につける。
【学びに向かう力、人間性等】
・心と体を一体として捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。
・積極的に参加し楽しむ能力を養い、授業や補充授業を通して何事もやり遂げる力を身につけ、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	運動の技術の名称や行い方、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。 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。	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できる。 運動を継続したり、体力や技能向上を図るための計画を考え実施することができる。 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。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に活かせる。	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わおうとする。 健康や安全を確保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ている。

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		(前半) 【男女】 体つくり運動 新体力テスト	a:ガイダンスの説明で競技の特性を理解する。授業中に取り組むワークシートの内容を理解し、記入することができる。 b:実技試験で楽しさや心地よさを上手に表現できる。 c:授業中に取り組むワークシートに記入し、提出することができる。記録を伸ばすための練習を積極的にできる。	ワークシート	実技試験	ワークシート 授業に取り組む態度
		(後半) 【男子】 柔道 【女子】 球技 【男女】 水泳 体育理論	a:ガイダンスの説明で競技の特性を理解する。授業中に取り組みワークシートの内容を理解し、記入することができる。 b:記録を伸ばすために必要な技能を考え、表現できる。 c:授業中に取り組むワークシートを記入し、提出することができる。記録を伸ばすための練習を積極的にできる。	ワークシート	実技試験	ワークシート 授業に取り組む態度
2学期		(前半) 【男女】 水泳 体育理論 【男女】 球技	a:ガイダンスの説明で競技の特性を理解する。授業中に取り組むワークシートの内容を理解する。 b:実技試験で上手に表現できる。泳力やボールなどを扱う力を身につけるために必要な技能を考え、表現できる。 c:授業中に取り組むワークシートを記入し、提出することができる。ボールなどを扱う技術向上のための練習を積極的にできる。	ワークシート	実技試験	ワークシート 授業に取り組む態度

		（後半） 【男女】 球技 【男女】 球技 体つくり運動 体育理論	a:ガイダンスの説明で競技の特性を理解する。授業中に取り組むワークシートの内容を理解し、記入することができる。 b:ボールなどを上手に扱うために必要な技能を考え、表現できる。 c:授業中に取り組むワークシートを記入し、提出することができる。記録を伸ばしたり、ボールを扱う技術向上のための練習を積極的にできる。	ワークシート	実技試験	ワークシート 授業に取り組む態度
3学期		【男女】 体つくり運動 球技	a:授業中に取り組むワークシートの内容を理解することができる。 b:記録を伸ばすために必要な技能を考え、表現できる。 c:授業中に取り組むワークシートを記入し、提出することができる。記録を伸ばしたり、ボールなどを扱う技術向上のための練習を積極的にできる。	ワークシート	実技試験	ワークシート 授業に取り組む態度

※　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