※令和４年度以降入学生用

学校番号	T3005

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	４年次
使用教科書	高等学校　保健体育　Textbook　（第一学習社出版）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・ネット型、ターゲット型球技(卓球・ゴルフ)を通して協力･協調の精神を養おう。
・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、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

・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。
・集団的競技でグループ学習に主体的に取り組み、互いに技術を高め勝敗を競う楽しさや喜びを味わう。
・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で生かせるよう、ライフステージと健康について知識や理解を深めるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り適切に判断する能力を養う。

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。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。	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たりすることができる。 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。 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。

※令和４年度以降入学生用

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)
前期前半・後期前半	集団行動・体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 体力を高める運動	a：運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。 b：ねらいに応じて健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立てるとともに、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：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。	技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察
	球技　ネット型	卓球	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、フェアプレイを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話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。	技能観察 知識テスト	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察

※令和４年度以降入学生用

前期後半・後期後半	陸上競技	三段跳び	a:楽しさや喜びを味わうことができるように互いの違いや良さを認め合うことができる。マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとするなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。 b:学習を踏まえて、自己や仲間の課題を見直している。グループ活動する場面では自己や仲間の役割を見つけている。また危険を回避するための行動選択ができている。 c:リズミカルな助走から力強く踏み切り、ホップ・ステップ・ジャンプでより遠くに跳ぶことが出来る。	技能観察 技能測定 知識テスト	受講態度の観察 レポート ワークシート	受講態度の観察
	球技 ゴール型	ゴルフ	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、フェアプレイを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話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。	技能観察 知識テスト	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察
	体育理論	第7章 豊かなスポーツライフの設計	a :スポーツの技術、戦術の特性や体力トレーニングについて、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して	体育理論テスト		

※令和４年度以降入学生用

			、学習に自主的に取り組もうとしている。 ｂ：運動について学ぶ上で、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 ｄ：スポーツの技術・戦術・技能の特徴について、言ったり書きだしたりしている。		受講態度の観察 レポート ワークシート	受講態度の観察 ノート

※　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