学校番号	３０５

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							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて応用・発展的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・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・知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。
・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	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付ける。 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。	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、体力や技能向上をするための計画を考え、実行することができる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。また、それを発表することができる。	自ら進んで周囲を巻き込みながら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し、言語化することができる。 公正・協力・責任・参画などの態度を身に付ける。

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	体つくり運動　球技　ゴール型　ネット型	体ほぐしの運動 実生活に生かす運動の計画 新体力テスト ハンドボール バドミントン	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 ノート レポート 実技テスト	技能観察 ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート
	男子　水泳	水泳 背泳	a:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 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:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように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。	技能観察 ノート レポート 実技テスト	技能観察 ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート
2学期	女子　水泳	水泳 背泳	a:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 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:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように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。	技能観察 ノート レポート 実技テスト	技能観察 ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート

	選択体育	班別グループ学習 生徒による授業計画の立案・実践 サッカー バレーボール	a:各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。技術や技の名称や行い方、体力や技術の高め方、運動観察を行った上での他者へのアドバイス方法を理解している。 b:生涯にわたって各種目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。授業内容を多方面から考察し、計画立案できる。 c:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、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ことなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 ノート レポート	技能観察 ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート
	体育理論	運動やスポーツの効果的な学習の仕方 豊かなスポーツライフの設計の仕方	a:運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、発言・記述することができる。 b:運動やスポーツの効果的な学習の仕方、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。 c:運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。	ノート レポート 体育理論のテスト	ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート
3学期	選択体育	班別グループ学習 生徒による授業計画の立案・実践 授業づくり	a:各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。技術や技の名称や行い方、体力や技術の高め方、運動観察を行った上での他者へのアドバイス方法を理解している。 b:生涯にわたって各種目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。授業内容を多方面から考察し、計画立案できる。 c:各種目の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止めること、よい演技を讃えようとすること、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ことなど、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 ノート レポート	技能観察 ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート

※　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