学校番号	2004

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	ライフスポーツ	単位数	2 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）

生涯スポーツを通じて、運動に親しむ態度の育成、健康の保持増進、他者と協力し、互いを認め合う態度を学んでいきます。さらに、各種目に対する興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わっていきましょう。また、運動をする・見る・支える・調べるといった関わり方も学び､主体的に学習に取り組んでいくなかで自分にあったスポーツライフについて考えいくようにしましょう。

2　学習の到達目標

体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通し、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することをめざす。

(1) 運動の合理的・計画的な実践を通して、各種目の楽しさや喜びを深く味わい、積極的に運動能力と体力を増進させる。そのために、自己の体力や運動能力を把握し保持増進させる態度を身につける。また、各種目における技術の名称や健康・安全の確保の仕方などを具体的に理解するとともに、技能を身につけるようにする。

(2) 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・計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、仲間で互いにアドバイスや助言をすることで他者に伝える力を養う。

(3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなど、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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	生涯スポーツのルールや実施方法を理解して、試合に取り組む。 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必要な技能を身につける。仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。	各運動の特性に応じて、自己や仲間の課題を発見し、課題解決に向けての工夫や仲間とコミュニケーションをとる。 自己や仲間の活動を振り返り、学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活にいかしている。	各運動種目に主体的に取り組み、仲間や相手の体力や技能の程度に配慮してスポーツに取り組む。 また、自身や仲間の健康や安全を確保して学習に主体的に取り組む。

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	アルティメット	パス キャッチ ランニングパス ランニングキャッチ 試合	a:（知）ルールを理解して試合に取り組むことができている。 （技）状況に応じたパス・キャッチ技術と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をできるようになっている。 b:生涯にわたって運動を豊かに継続するため、チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫しようとしている。 c:アルティメットに主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にし、互いに助け合い高め合おうとしている。授業に積極的に参加し健康・安全を確保しようとしている。	実技テスト	振り返りシート	振り返りシート 授業に向けての準備
	ゴルフ	ターゲットバードゴルフ	a:（知）ルールを理解して試合に取り組むことができている。 b: 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己や仲間の活動を振り返っている。 c:ゴルフに主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にし、互いに助け合い高め合おうとしている。授業に積極的に参加し健康・安全を確保しようとしている。	実技テスト	振り返りシート	振り返りシート 授業に向けての準備

	バスケットボール	パス ドリブル シュート ポートボール 3on3	a:（知）ルールを理解して試合に取り組むことができている。 （技）状況に応じたボール操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をできるようになっている。 b:生涯にわたって運動を豊かに継続するため、チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫しようとしている。 c:球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にし、互いに助け合い高め合おうとしている。授業に積極的に参加し健康・安全を確保しようとしている。	実技テスト	振り返りシート	振り返りシート 授業に向けての準備
後期	バドミントン	サービス(フォアハンド) ストローク(クリアー、スマッシュ、ヘアピン、ロブ) 1 対 1 2 対 2	a: （知）ルールを理解して試合に取り組むことができている。 （技）バドミントンの基本技術を身につけ、状況に応じたボール操作や安定したラケット操作ができ、相手コートの空いた場所をめぐる攻防を展開できる。 b: 自己や仲間の技術的な課題や、その課題解決に有効な練習方法について自己の考えを伝えている。 c: バドミントンに主体的に取り組むとともに、健康、安全を確保しようとしている。授業に積極的に参加し仲間と協力し合い、学ぼうとしている。	実技テスト	振り返りシート	振り返りシート 授業に向けての準備

	サッカー	パス、トラップ 5対5 ミニゲーム フットサル ソサイチ	a: （知）ルールを理解して試合に取り組むことができている。 （技）パスやドリブルなどの基本技術を習得し、状況に応じたボール操作ができるようになる。 b:生涯にわたって運動を豊かに継続するため、チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫しようとしている。 c:球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にし、互いに助け合い高め合おうとしている。授業に積極的に参加し健康・安全を確保しようとしている。	実技 テスト	振り返り シート	振り返り シート 授業に向けての準備

※　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