学校番号	416

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	(学)ライフスポーツ	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	大修館「現代高等保健体育」　（大修館書店出版）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・主体的に活動に取り組み、チーム競技を通して仲間と喜びや楽しさを分かち合えるようにしよう。
・各種目の特性やねらいを理解し、合理的な行い方を身につけ、プレイだけでなく、審判や得点記録などの役割を主体的にできる能力を身につけましょう。
・運動をする・見る・支える・調べるといったかかわりを総合的に学び、一生涯の中での自分のライフステージにあったスポーツライフを考えましょう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
それぞれの種目における段階的な運動の知識・技能を身につけている。
【思考力、判断力、表現力等】
知識を活用し、自他の課題に気づき、課題解決に向けた練習を実践する。また、その実践方法を他者と共有し、表現力を高めあうことができるようにする。運動・各種目の特性や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。
【学びに向かう力、人間性等】
運動における競争や協働の経験を通して、運動に対して主体的に取り組もうとしている。また、チーム・グループで互いに教えあい協力ができるとともに健康・安全を確保して、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	・技術の名称や行い方､運動についての知識を高め、運動の特性･ルールを理解し、技能の向上を図り、練習や発表の仕方や、安全の確保の仕方を理解している。 ・各領域及び運動種目等における技能や攻防の様相、動きの様相と関連に留意し、各領域の特性や魅力に応じた楽しさや喜びを深く味わい、段階的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。	知識を活用し技能向上につなげる。運動を通じて協力することや、事故を未然に防ぐために練習やゲームではルールやマナーを守り、自分自身で考え判断して行動できる、責任のある態度を育てる。	自ら進んで運動の基礎的な技能に関心を持ち、意欲的に参加して習得する。集団行動を守り、真剣に取り組む態度を養う。 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。

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	集団行動 球技	スポーツテスト バスケットボール バドミントン	a: 記録や技能を向上させることにより安全な活動を行なう態度が身についている。また、技能の名称や行い方、体力の高め方を理解している。 b: 動きの基本を身につけ技能の発展や活動に活かせるようにしている。 c: 球技の楽しさや心地よさを味わうことが出来るよう、体力の違いに配慮し、健康・安全を確保して自主的に取り組もうとしている。	実技試験 発表	実技試験 発表 学習カード グループワーク	学習カード グループワーク 振り返りシート
2学期	水泳	3泳法メドレー	a: 効率的な泳ぎ方を身につけている。また、生涯にわたり水泳を楽しもうとしている。 b: 周囲と協力しながら技術の向上を目指している。 c: 水泳の目標と安全に留意いた行動を考え、自主的に取り組もうとしている。	実技試験 発表	実技試験 発表 学習カード グループワーク	学習カード グループワーク 振り返りシート
	球技	ソフトボール インディアカ 卓球	a : 各種目のルール、特性を理解し、技術力向上につなげられる。 b:各種目の楽しさ、勝った喜びなど仲間と共有し、互いに認め合え、仲間と連携、協力してゲーム を楽しむ。 c : 苦手種目にも積極的な姿勢で取り組み、スキルアップをめざせた。			

3学期	体つくり運動	筋力を高める運動・調整力を高める運動・持久力を高める 運動など	a: それぞれの動きが的確にできており、協力体制がとれている。 b：仲間との連携が取れている。 c：技能を効果的に発表できるか安全面も含め考えているか。	実技試験 発表	実技試験 発表 学習カード グループワーク	学習カード グループワーク 振り返りシート
	球技	サッカー バレーボール	a: 合理的な体の使い方を理解し、実践している。 b: 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: 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とめること、発表を讃える、ルールやマナーを守ろうとしている。	実技試験 発表	実技試験 発表 学習カード グループワーク	学習カード グループワーク 振り返りシート

※　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