5　保健体育

学校番号	１０１３

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	１単位	年次	３年後期
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館出版）						

1 担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種運動の中で、自己の能力に応じて基本的な運動技能・体力や筋力を高めましょう。　・自他の運動の観察・分析を通じて興味・関心を高め、運動の楽しさや喜びを一緒に味わいましょう。
・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ましょう。

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 学習評価(評価規準と評価方法)

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付けている。	・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ている。 ・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ることができている。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせている。	・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している。 ・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付けている。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学期末に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)
後期	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: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。 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。 d: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。	受講態度の観察 ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート
	球技・ニュースポーツ・野外活動 等 (2種目選択)	バスケットボール フットサル サッカー ソフトバレー スポーツ体験(ニュースポーツ) タグラグビー 野外活動	a: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、自然とのかかわりの深い野外の運動の楽しさや喜びを味わうことができるよう、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:生涯にわたって球技や野外の活動を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。 自然とのかかわりの深い野外活動　の専門的な技能の習得ができている。 d: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。 自然とのかかわりの深い野外活動　の専門的な理解と技能の知識が習得できている。	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察	受講態度の観察 ノート レポート 技能観察
	体育理論	日本のスポーツ振興 スポーツと環境	a:豊かなスポーツライフの設計の仕方について、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。 b: 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、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: 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、言ったり書きだしたりしている。	受講態度の観察 ノート レポート	受講態度の観察 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