学校番号	103

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育(男子)	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	なし						
副教材等	ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

各種目の特性を十分に理解して、基礎的・基本的な技術の習得に積極的に取り組み身につけられるようにしよう。授業を通して、運動に興味・関心を深め運動することに対しての楽しさに繋げられるようにしよう。
生涯においてスポーツを行う中で、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりから学び、自分のスポーツおけるスタイルを考え発見できるようになろう。

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て、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目指す。

（１）　運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。

（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、自己や仲間の考えたことを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の意欲を育てるとともに、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	・運動における技術・体力向上および練習方法などの知識の習得ができている。また、その知識を実践に繋げることができている。 ・種目の特性を理解する中で、効率の良い動きを習得することで技術や記録を向上させることができる。 ・協力・連携してゲーム等の動きができるように多様な技術の習得が必要となる中で、特性に応じて段階的な技能を身につける。 ・スポーツを行う際の健康・安全の確保について十分な理解ができている。	・自分の課題を発見して、それに対して合理的･計画的に解決できるよう様々な状況を的確に判断して取り組むことができる。 ・運動に関する知識を活用して技能･体力の向上につなげることができる。	・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	集団行動・ラジオ体操	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体つくり運動	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。	筆記テスト 実技	実技 レポート	観察

	バレーボール	バレーボール パス レシーブ スパイク ゲーム	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。 a: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。スポーツを行う際に健康や安全の確保について理解できている。 b:球技を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。	筆記テスト 実技	実技 レポート	観察
	ラグビー	ラグビー パス ランニングパス ゲーム形式 （ 3対3　5対5 ）	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。 a: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。スポーツを行う際に健康や安全の確保について理解できている。 b:球技を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。	筆記テスト 実技	実技 レポート	観察

	体育理論	■生涯スポーツの見方・考え方 ■ライフタイルとスポーツの楽しみ方	a:レジャー社会におけるスポーツの役割や各ライフスタイルに対応したスポーツの楽しみ方について、話したり、書きだしたりしている。 b： レジャー社会におけるスポーツの役割や各ライフスタイルに対応したスポーツの楽しみ方について、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。 C: レジャー社会におけるスポーツの役割や各ライフスタイルに対応したスポーツの楽しみ方について、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。	実技 筆記	実技 授業態度の観察	授業態度の観察
2学期	マスゲーム　ダンス	マスゲーム (集団演技) ダンス	a: ルール、考え方、技術の名称や体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b: 生涯にわたってスポーツ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: 集団でそろった演技を行う楽しさや喜びを味わうことができるよう相手を尊重し、集団行動の仕方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・安全を確保し、自主的に取り組もうとしている。	筆記テスト 実技	実技 レポート	観察

	体育理論	■スポーツ推進のための施策と課題 ■スポーツで「未来」を創る	a:国や自治体が行っているスポーツ推進の施策やスポーツで「未来」を創るための課題について、話したり、書きだしたりしている。 b: :国や自治体が行っているスポーツ推進の施策やスポーツで「未来」を創るための課題について、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。 C: :国や自治体が行っているスポーツ推進の施策やスポーツで「未来」を創るための課題について、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。	実技 筆記	実技 授業態度の観察	授業態度の観察
2学期	バレーボール	バレーボール	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。 a: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。スポーツを行う際に健康や安全の確保について理解できている。 b:球技を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。	筆記テスト 実技	実技 レポート	観察

	ラグビー	ラグビー パス ランニングパス ゲーム形式 （ 3対3　5対5 ）	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。 a: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。スポーツを行う際に健康や安全の確保について理解できている。 b:球技を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。	筆記テスト 実技	実技 レポート	観察
3学期	選択体育（	バレーボール バスケットボール ソフトボール サッカー バトミントン	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。 a: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。スポーツを行う際に健康や安全の確保について理解できている。 b:球技を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。	実技	実技	観察

※　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