学校番号	T3017

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	(学) 暮らしの体育	単位数	１単位	年次	３年次(３年制) ４年次(４年制)
使用教科書	なし						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

将来健康な生活を送っていくために生涯スポーツの考え方や体つくりの方法を学習しよう！ また、ニュースポーツやアダプテッドスポーツなどを体験してみよう！

2　学習の到達目標

【知識及び技能】 ニュースポーツ・アダプテッドスポーツのルール・特性を理解し、独自のルールに発展させたり、生涯を通してスポーツを楽しんだりする資質を身に付ける。 【思考力、判断力、表現力等】 スポーツの一連の動きの中で、自己や他者の課題を発見し、課題解決に向けた計画を工夫し、それらを表現することができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ニュースポーツや、アダプテッドスポーツに積極的に取り組み、楽しむことができる。

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	体つくりに関する具体的な知識や生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するための科学的知識及び運動の特性に応じた段階的な技能を身に付けている。	自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫し、それらを表現している。 また、自身の生涯スポーツについて考えをまとめている。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、 運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。
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	体つくり運動	準備体操 正しい歩き方・姿勢	a:準備体操の意義を知り、運動種目に応じて、効果的な準備運動がある事を知る。また、正しい歩き方と姿勢を知り、実生活に取り入れることができる。 b:運動種目に応じて適切な準備運動を選択することができる。また、正しい歩き方と姿勢について感じたことを他者に伝えることができる。 c:準備運動に自主的に取り組むとともに、歩き方と姿勢について他者と課題を発見し合い、合理的・計画的な解決に向けて話し合うことができる。	・ワークシート ・実技テスト ・筆記テスト ・練習	・振り返りシート ・筆記テスト ・練習	・ワークシート ・筆記テスト ・準備運動
	障がい者スポーツ	ボッチャ	a:障がい者スポーツについて理解を深め、ボッチャのルールや正しい知識・作戦を考えることができる。 b:試合の状況に応じて、仲間と共に，合理的・計画的な解決に向けた作戦を考え、表現することができる。 c:ボッチャに自主的に取り組むとともに、仲間と作戦などについての話合いに貢献しようとすること、互いに助け合い教えあおうとすることなどや，健康・安全を確保する。	・ワークシート ・実技テスト ・筆記テスト ・試合 ・練習 ・道具の扱い	・振り返りシート ・実技テスト ・筆記テスト ・試合 ・練習 ・道具の扱い	・ワークシート ・実技テスト ・試合 ・練習 ・準備運動

	ニュースポーツ	インディアカ アルティメット ゲートボール 3on3	a:ニュースポーツについて理解を深め、様々な種類のスポーツがある事を知っている。また道具やルールの工夫で新しくスポーツを生み出すことができることに気づいている。 b:自身のライフステージに応じたニュースポーツを考え、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:ニュースポーツに自主的に取り組むことができ、仲間と作戦などについての話合いに貢献しようとすること、互いに助け合い教えあおうとすることなどや，健康・安全を確保する。	・ワークシート ・実技テスト ・筆記テスト ・試合 ・練習 ・道具の扱い	・振り返りシート ・実技テスト ・筆記テスト ・試合 ・練習 ・道具の扱い	・ワークシート ・実技テスト ・試合 ・練習 ・準備運動
後期	ニュースポーツ	インディアカ アルティメット ゲートボール 3on3	a:ニュースポーツについて理解を深め、様々な種類のスポーツがある事を知っている。また道具やルールの工夫で新しくスポーツを生み出すことができることに気づいている。 b:自身のライフステージに応じたニュースポーツを考え、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:ニュースポーツに自主的に取り組むことができ、仲間と作戦などについての話合いに貢献しようとすること、互いに助け合い教えあおうとすることなどや，健康・安全を確保する。	・ワークシート ・実技テスト ・筆記テスト ・試合 ・練習 ・道具の扱い	・振り返りシート ・実技テスト ・筆記テスト ・試合 ・練習 ・道具の扱い	・ワークシート ・実技テスト ・試合 ・練習 ・準備運動

	体つくり運動	体力を高める運動 柔軟体操	a:体力を高めることの意義を知り、正しい方法で実践できる。 また、柔軟体操の意義を知り、正しい方法で実践できる。 b:体力について自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、事故の考えたことを他者に伝えることができる。 c:体つくり運動に自主的に取り組むとともに、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使用とすることなどや，健康・安全を確保する。	・ワークシート ・実技テスト ・筆記テスト ・練習	・振り返りシート ・筆記テスト ・練習	・ワークシート ・筆記テスト ・準備運動

※　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