学校番号	3017

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	「現代保健体育」　（大修館書店）						
副教材等	「現代保健体育ノート」　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・生涯体育を目標に、自分達で計画を立てて授業に取り組み、準備から後片付けまで協力しあって活動しよう。
・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よう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
運動の合理的、計画的な実践を通して、知識を深めるとともに技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】
自己のイメージする身体表現をおこなうために、自ら考え、工夫し、試行錯誤しながら活動に取り組める力を養う。
【学びに向かう力、人間性等】
公正、協力、責任、参画などに対する意欲を高め、健康・安全を確保して、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育てる。

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	運動の合理性、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに技能を身に付けている。	自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決をめざして総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝えている。	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。また、健康を大切にし、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりについての学習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)
1学期	体つくり運動	オリエンテーション 佐野工体操 体ほぐしの運動 新体力テスト 体力を高める運動	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。 独自の体操の仕方、順番を正確に覚え、実践することができる。 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。	技能観察 ノート 生徒自身の自己評価 生徒同士による他者評価	ノート ワークシート 及び レポート 行動観察	受講態度の観察 ノート ワークシート 及び レポート
	球技(1種目選択)	サッカー ソフトボール バドミントン バスケット	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。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。 b: 生涯にわたって球技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、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 ノート 生徒自身の自己評価 生徒同士による他者評価	ノート ワークシート 及び レポート 行動観察	受講態度の観察 ノート ワークシート 及び レポート

	水泳	4泳法メドレー クロール 平泳ぎ バタフライ 背泳ぎ	a: 水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b: 生涯にわたって水泳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: 水泳の楽しさや喜びを味わうことができるようにマナーやルール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や、水泳の事故防止に関する心得など、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 ノート 生徒自身の自己評価 生徒同士による他者評価	ノート ワークシート 及び レポート 行動観察	受講態度の観察 ノート ワークシート 及び レポート
2学期	水泳 球技(1種目選択)	泳力測定(200m) ・クロール ・平泳ぎ サッカー ソフトボール バドミントン バスケット	a: 各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身につける。 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。 b: 生涯にわたって各種目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: 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止めること、よい演技を讃えようとすること、マナーやルール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、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 ノート 生徒自身の自己評価 生徒同士による他者評価	ノート ワークシート 及び レポート 行動観察	受講態度の観察 ノート ワークシート 及び レポート

3学期	ニュースポーツ	ホッケー インディアカ アルティメット モルック ゲートボール	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。ルールについて調べ、実際に仲間と実践することができる。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。 b: 生涯にわたって球技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、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	技能観察 ノート 生徒自身の 自己評価 生徒同士による 他者評価	ノート ワークシート 及び レポート 行動観察	受講態度の観察 ノート ワークシート及び レポート
	体育理論	豊かなスポーツライフの設計 ・生涯スポーツの見方・考え方 ・ライフスタイルに応じたスポーツ ・スポーツを推進する取り組み ・豊かなスポーツライフの創造	a: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方や豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。 b: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方や豊かなスポーツライフの設計の仕方について、学習したり知識を活用したり、応用したりしている c: 運動やスポーツの効果的な学習の仕方や、豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を解決するための活動などを通して、学習に主体的に取り組もうとしている。	ノート ワークシート及び レポート テスト	ノート ワークシート及び レポート テスト	受講態度の観察 ノート ワークシート及び 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