※令和４年度以降入学生用

学校番号	３２９

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	新高等保健体育（大修館書店）						
副教材等	新高等保健体育ノート（大修館書店）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・主体的な取り組みによる運動学習をめざし、多様な設定種目の中から自分に合ったものを選択し自主的、積極的に活動しよう。
・様々なスポーツに触れ、生涯にわたって運動していく資質や能力を高めよう。

２　学習の到達目標

自己の能力を向上させるために、健康保持・体力増強を目標とし、その挑戦を繰り返しながら、課題解決の達成感や技能の向上の喜びを感じることを目指す。
１、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。
２、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身につけ、自分の思いや考えを広げたり深めるようにする。
３、自己の状況に応じて体力の向上を図る能力を育て，公正，協力，責任，参画などに対する意欲を高め、社会や人々との関わりを慈しむ態度を養う。

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。 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る。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせる。	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。

※令和４年度以降入学生用

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 体つくり運動	・集団行動 ・ラジオ体操 ・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動 ・実生活に生かす運動の計画	a:運動やスポーツの効果的な学習の仕方について理解できるようにする。 b:目的に適した運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようにする。 c:体を動かす楽しさや心地よさを味わい、健康の保持増進や体力向上を図り、自主的に運動に取り組もうとする。	ノート レポート 技能観察	ノート レポート	受講態度の観察 ノート レポート
	選択Ⅰ	バスケットボール テニス サッカー	a:　それぞれの種目特性を理解し、安全で効果的な練習を行い、ゲームでその成果を表現できる。各種目に応じた技能を身につけている。各種目の基本動作を身につけ、ゲームに応用できる b:　無理のない一貫した練習計画を立てグループでゲームまでの運営を協力して行える。 c:　自分に合った種目を選択し、自主的、積極的に活動している	技能観察 活動計画表	活動計画表	受講態度の観察 活動計画表

※令和４年度以降入学生用

	選択Ⅱ	選択Ⅰとは違う種目を選択する。	a: それぞれの種目特性を理解し、安全で効果的な練習を行い、ゲームでその成果を表現できる。各種目に応じた技能を身につけている。各種目の基本動作を身につけ、ゲームに応用できる b: 無理のない一貫した練習計画を立てグループでゲームまでの運営を協力して行える。 c: 自分に合った種目を選択し、自主的、積極的に活動している	技能観察 活動計画表	活動計画表	受講態度の観察 活動計画表
2学期	体育理論	・効果的な動きのメカニズム ・体力トレーニング ・生涯スポーツの見方・考え方 ・スポーツ推進のための施策と課題	a:動きのコントロールや体力トレーニング、生涯スポーツの考え方やスポーツ推進について、言ったり書きだしたりしている。 b: 動きのコントロールや体力トレーニング、生涯スポーツの考え方やスポーツ推進について、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: 動きのコントロールや体力トレーニング、生涯スポーツの考え方やスポーツ推進について、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。	ノート レポート 体育理論のテスト	ノート レポート 体育理論のテスト	受講態度の観察 ノート レポート

※令和４年度以降入学生用

2学期	選択Ⅲ	水泳 卓球 バドミントン	a: それぞれの種目特性を理解し、安全で効果的な練習を行い、ゲームでその成果を表現できる。各種目に応じた技能を身につけている。各種目の基本動作を身につけ、ゲームに応用できる b: 無理のない一貫した練習計画を立てグループでゲームまでの運営を協力して行える。 c: 自分に合った種目を選択し、自主的、積極的に活動している	技能観察 活動計画表	活動計画表	受講態度の観察 活動計画表
	選択Ⅳ	ソフトボール バドミントン 陸上競技 （学期を3分割し、全種目を選択する）	a: それぞれの種目特性を理解し、安全で効果的な練習を行い、ゲームでその成果を表現できる。各種目に応じた技能を身につけている。各種目の基本動作を身につけ、ゲームに応用できる b: 無理のない一貫した練習計画を立てグループでゲームまでの運営を協力して行える。 c: 自分に合った種目を選択し、自主的、積極的に活動している	技能観察 活動計画表	活動計画表	受講態度の観察 活動計画表

※令和４年度以降入学生用

３学期	各クラス活動	サッカー バスケットボール バレーボール テニス バドミントン 卓球 ソフトボール	a: それぞれの種目特性を理解し、安全で効果的な練習を行い、ゲームでその成果を表現できる。各種目に応じた技能を身につけている。各種目の基本動作を身につけ、ゲームに応用できる b: 無理のない一貫した練習計画を立てグループでゲームまでの運営を協力して行える。 c: 三年間の総まとめとしてクラスで種目を選択し、自主的、積極的に、かつ、協調性をもち活動している。	技能観察 活動計画表	活動計画表	受講態度の観察 活動計画表

※　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