※令和４年度以降入学生用

学校番号	１０１４

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	新高校保健体育ノート　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、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。
・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといったかかわりを学び、自分に合ったスポーツライフを考えてみよう。

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　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、具体的な方法を理解している。 記録や技能向上に挑戦する。 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。	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。 仲間と連携・協力して各種目を楽しむ。

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)
前期中間	体つくり運動 球技	オリエンテーション 新体力テスト (女子)球技 バスケットボール (男子)球技 ソフトボール	a:自身の記録更新のために善処し、体力・技能の違いに配慮して、自己の責任を果たそうとすること。 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:健康・安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 ノート 技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察
前期期末	水泳 ネット型種目 柔道	水泳 クロール・平泳ぎ 50m (女子)バドミントン (男子)バドミントン	a: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勝敗を冷静に受け止め、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。	受講態度の観察 ノート 技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察
	体育理論	・スポーツにおける技術と戦術・戦略 ・スポーツにおける技能と体力 ・技能の上達過程と練習の考え方 ・効果的な動きのメカニズム ・体力トレーニング ・運動やスポーツでの危険予知と安全確保	a:スポーツの技術的な側面について、発言したり書き出したりしている。 b:スポーツを実際に行うにあたって、特性・特徴を理解し、必要な情報を比較したり分析したりすることができる。 c:スポーツを科学的に学習し、意見交換や自身の考えを発表するなどして、学習に主体的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 ノート 体育理論のテスト	受講態度の観察 レポート 体育理論のテスト	受講態度の観察

※令和４年度以降入学生用

後期中間	球技　ベースボール型　ネット型	(女子) バレーボール ソフトボール (男子) サッカー バスケットボール	a:技術の技の名称や行い方、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付けている。 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し合いにこうけん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。	受講態度の観察 ノート 技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察
後期期末	自由選択	男女共修 アンケート実施により各講座での選択種目を確定し、自身でその日の実技種目を選ぶ。 【体育館】 バスケットボール バレーボール バドミントン 卓球 【グラウンド】 サッカー ソフトボール テニス ゴルフ	a:　技術の技の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:　生涯にわたって長距離を走ること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:走ることの楽しさや喜びを味わうことができるよう、自身の記録と真摯に向き合うこと、ペアの記録をしっかりと管理することや、健康や安全を確保して、自主的に取り組もうとしている。	受講態度の観察 ノート 技能観察	受講態度の観察 レポート	受講態度の観察 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