学校番号	T1202

令和８年度　生涯スポーツ科

教科	生涯スポーツ	科目	ライフスポーツ	単位数	２単位	年次	２～４年次
使用教科書	「新高等保健体育」　（大修館）						
副教材等	特になし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・チームや自分の能力に応じた適切な課題設定や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、達成感を経験しよう。
・生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質と能力を運動場面だけでなく、日常生活にも生かせるようにしよう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
様々な形で生涯スポーツに接することで、ライフステージと健康について知識を深め、競技に取り組むための実践的な技能を身につけている。
【思考力、判断力、表現力等】
生涯スポーツの中で、チームや自分の能力に応じた適切な課題を設定し、健康・安全に留意して気軽に、行う、応援するなど主体的・対話的に取り組むことができる。
【学びに向かう力、人間性等】
ライフスタイルや年齢、体力、運動技能、興味等に応じて、生涯にわたり様々な形でスポーツに関わりをもち、スポーツの意義と役割を日常生活に取り入れて、いつでも、どこでも、誰とでも、スポーツに親しむことができる。

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	生涯にわたってスポーツを継続するためには、ライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方を見付けること、仕事と生活の調和を図ること、運動の機会を生み出す工夫をすることなどができる。	豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。	豊かなスポーツライフの設計の仕方について、積極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　球技ターゲット型	・オリエンテーション ・体つくり運動 体ほぐし運動 ・球技 ターゲット型 バードゴルフ	a:バードゴルフの楽しさを味わうことができるよう、ルールやマナーを大切にしようとすることなどについて理解している。 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:生涯スポーツを通して、豊かなスポーツライフの設計の仕方について、積極的に取り組もうとしている。	技能試験 レポート	技能観察 レポート（調べ学習）	技能観察 授業態度の観察 レポート（授業振り返り）
	球技ネット型	・球技 ネット型 インディアカ シッティングバレーボール	a:各種目の楽しさを味わうことができるよう、ルールやマナーを大切にしようとすることなどについて理解している。 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:生涯スポーツを通して、豊かなスポーツライフの設計の仕方について、積極的に取り組もうとしている。	技能試験 レポート	技能観察 レポート（調べ学習）	技能観察 授業態度の観察 レポート（授業振り返り）

後期	球技戦略特化型・ゴール型	・球技 戦略特化型 ボッチャ ゴール型 フットサル	a:各種目の楽しさを味わうことができるよう、ルールやマナーを大切にしようとすることなどについて理解している。 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:生涯スポーツを通して、豊かなスポーツライフの設計の仕方について、積極的に取り組もうとしている。	技能試験 レポート	技能観察 レポート (調べ学習)	技能観察 授業態度の観察 レポート (授業振り返り)
	球技ゴール型	・球技 ゴール型 フットサル アルティメット	a:各種目の楽しさを味わうことができるよう、ルールやマナーを大切にしようとすることなどについて理解している。 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:生涯スポーツを通して、豊かなスポーツライフの設計の仕方について、積極的に取り組もうとしている。	技能試験 レポート	技能観察 レポート (調べ学習)	技能観察 授業態度の観察 レポート (授業振り返り)

※　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