学校番号	1202

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	３単位	年次	３年次
使用教科書	現代高等保健体育　（大修館書店）						
副教材等	現代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）

・最終学年では、選択制の授業を行う中で1･2年次に行った学習内容をより発展させて、自ら学び、自ら研究し、協力して楽しめる態度を身につける。

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、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身につけるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】
生涯にわたって運動を継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己の考えたことを他者に伝える力を養う。
【学びに向かう力、人間性等】
運動を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たすなどの意欲を育てるとともに、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

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。 ・スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。 ・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つける。	・知識を活用し、技能の向上につなげる。 ・自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みを工夫できる。 ・学習で得た成果を自ら応用・発展させ、他の運動や実生活に生かす。	・体調を整え、実技に参加する。 ・仲間と連携・協力して準備や片付けなど行い、各種目を楽しむ。 ・協調性・安全性の確保ができ、また勝敗や結果を受け入れ、個人の技能・能力を客観的に判断できる。 ・公正・協力・責任などの態度を身につける。
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。			

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・2学期	集団行動・体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 体ほぐしの運動 実生活に生かす運動の計画	a: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、自他の体力の違いや体の状態に配慮して健康・安全を確保して学習に自主的に取り組んでいる。 b:ねらいに応じて健康保持増進や調和のとれた体力の向上を図る計画を立てるとともに、自己の課題に応じて、運動の取り組み方を工夫している。 c:自主的に課題に取り組み、仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・態度、取り組み点

	卓球・バドミントン・テニス	ネット型 卓球 バドミントン テニス	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。 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。 b: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。 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。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・スキルテスト ・ゲーム	・観察 ・態度、取り組み点
	水泳	水泳（主に背泳ぎ、バタフライ）	a:背泳ぎ、バタフライの特性に応じた、効率的な泳法を身につけている。 b:適切なフォームで泳ぐことができている。 c:自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。 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。	・観察 ・タイム測定	・観察 ・フォームチェック	・観察 ・態度、取り組み点
	ソフトボール（男子のみ）	ベースボール型 ソフトボール	a:ソフトボールにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:ソフトボールの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:ソフトボールの学習に自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・ゲーム ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点

	バレーボール	ネット型 バレーボール	a:バレーボールにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:バレーボールの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・ゲーム ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点
	体育理論	体育理論 豊かなスポーツライフの設計の仕方 豊かなスポーツライフの設計	a:スポーツの歴史、文化的特性、スポーツとの関わり方について理解している。 b:教科書から適切な正答を抜き出すことができる。 c:体調を整え、授業に参加することができる。	・観察 ・ワークシート	・観察 ・態度、取り組み点	・観察
	アルティメット	ゴール型 アルティメット	a:アルティメットにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:アルティメットの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:アルティメットの学習に自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・ゲーム ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点
3学期	サッカー	ゴール型 サッカー	a:サッカーにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:サッカーの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:サッカーの学習に自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・ゲーム ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点

	バスケットボール	ゴール型 バスケットボール	a:バスケットボールにおける基本的技能を身につけ、状況に応じた動きを身につけている。 a:バスケットボールの技術や名称、ゲームの行い方を理解している。 b:基礎的な技術をゲームの適材適所で発揮することができる。 c:バスケットボールの学習に自主的に取り組もうとしている。仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い教え合おうとしている。一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしている。	・観察 ・スキルテスト	・観察 ・スキルテスト ・態度、取り組み点	・観察 ・態度、取り組み点

※　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