学校番号	3025

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育科	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	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

年間を４期に分け、複数のスポーツ種目を設定し、各期に生徒の希望を尊重し、施設などの条件を加味しながら選択授業を行う。１・２年次でほぼ基礎的な内容は終えているので、ゲームを中心に自主的に活動して、自分に合ったスポーツライフを見出させる。

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、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を継続することができるようにするため、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、各種の運動の特性に応じた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豊かに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・判断するとともに、自己や仲間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】
運動における競争や協働の経験を通して、自分及び他人の安全に対して、十分な配慮を心がける人間に成長させ、また、生涯体育・スポーツの観点が重視されるなかで、社会人になっても続けて行えるよう意識付けや興味付けをする。

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	運動の技術の名称や行い方、体力の高め方、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。 スポーツの歴史や特性、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じて、勝敗を競ったり、攻防を展開したり、表現するための運動特性に応じた技能を身に付けている。	知識を活用し、技能向上につなげる。自己や仲間の課題を発見し、その解決のため、運動の取り組み方や組み合わせ方を工夫できる。また、それを他者が理解できるように伝えることができる。 運動を継続したり、体力や技能向上をするための計画を立案する。学習で得た成果を自ら応用・発展させ、個人及び社会生活における健康に関する課題解決に生かすよう思考し、判断する。	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、合理的・計画的な運動の実践に、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するとともに、自らの技能向上のために積極的に次の課題に取り組む。公正・協力・責任・参画などの態度を身に付け、集団で課題解決に主体的に取り組む姿勢を養う。

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	体つくり運動	a: 体ほぐしの運動・体力を高める運動等、特性を理解し、行動できる。 b: 自己の体力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て、主体的に取り組もうとしている。	スキルテスト	パフォーマンス課題	振り返りシート
	球技	バスケットボール バレーボール サッカー ソフトボール 卓球 バドミントン テニス ゴルフ	a: 各競技種目の個人技能、ルールや試合展開・練習方法の理解・実践ができる。体力の高め方・運動観察の方法を理解している。 b: チームでの戦術などを理解し、個人技能を活かしたゲーム作りができる。自己の能力に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: 競技の楽しさの中にフェアプレーを大切にし、自己責任を果たそうとする。	スキルテスト ゲーム	パフォーマンス課題	振り返りシート ゲーム
	水泳	水泳	a: クロールと平泳ぎの復習をするとともに、2つの泳法を組み合わせて、メドレーとして効率のよいフォームで記録の向上をはかる。技術の名称や泳法、体力の高め方の方法を理解している。 b: 生涯に渡って水泳を豊かに実践するために、運動の取り組み方を工夫している。 c: 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。	スキルテスト 記録会	パフォーマンス課題	振り返りシート レポート課題
	体育理論	体育理論	a: スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴を理解している。 b: スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴を比較分析して考えを他者に説明できる。 c: スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、主体的に学習に取り組もうとしている。	ノート プリント	プリント課題	振り返りシート

2学期	水泳	水泳	a: クロールと平泳ぎの復習をするとともに、2つの泳法を組み合わせて、メドレーとして効率のよいフォームで記録の向上をはかる。技術の名称や泳法、体力の高め方の方法を理解している。 b: 生涯に渡って水泳を豊かに実践するために、運動の取り組み方を工夫している。 c: 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。	スキルテスト 記録会	パフォーマンス課題	振り返りシート レポート 課題
	球技	バスケットボール バレーボール サッカー ソフトボール 卓球 バドミントン テニス ゴルフ	a: 各競技種目の個人技能、ルールや試合展開・練習方法の理解・実践ができる。体力の高め方・運動観察の方法を理解している。 b: チームでの戦術などを理解し、個人技能を活かしたゲーム作りができる。自己の能力に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: 競技の楽しさの中にフェアプレーを大切にし、自己責任を果たそうとする。	スキルテスト ゲーム	パフォーマンス課題	振り返りシート ゲーム
3学期	球技	バスケットボール サッカー 卓球 バドミントン	a: 各競技種目の個人技能、ルールや試合展開・練習方法の理解・実践ができる。体力の高め方・運動観察の方法を理解している。 b: チームでの戦術などを理解し、個人技能を活かしたゲーム作りができる。自己の能力に応じた運動の取り組み方を工夫している。 c: 競技の楽しさの中にフェアプレーを大切にし、自己責任を果たそうとする。	スキルテスト ゲーム	パフォーマンス課題	振り返りシート ゲーム

※　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