学校番号	3025

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育科	科目	(学)ライフスポーツ	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	なし						
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期程度に分け、必修体育では取り扱わない種目も含めて複数のスポーツを選択できるよう設定し、受講者のニーズと人数・施設などの活動の可能性を加味して種目を選択し実施する。具体的には、{テニス、バドミントン、ソフトボール、ゴルフ、マシーントレーニング、バレーボール、武道、ニュースポーツ、体育理論など}から何種目か選んで実施する。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
必修体育よりも高度な活動内容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、さまざまな種目を経験することで運動の多様性や体力の必要性について深く理解するとともに、経験の浅い運動などについても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、スポーツ活動の企画や指導も考えられるようになり、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、社会人になっても自主的に運動を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。 ニュースポーツについても、歴史や特性、関わり方など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	(1期)球技など	テニス バドミントン ソフトボール ゴルフ マシーントレーニング バレーボール 武道 ニュースポーツ 体育理論 など	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
	(2期)球技など	テニス バドミントン ソフトボール ゴルフ マシーントレーニング バレーボール 武道 ニュースポーツ 体育理論 など	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
2学期	(3期)球技など	テニス バドミントン ソフトボール ゴルフ マシーントレーニング バレーボール 武道 ニュースポーツ 体育理論 など	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

	（4期）球技など	テニス バドミントン ソフトボール ゴルフ マシーントレーニング バレーボール 武道 ニュースポーツ 体育理論 など	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	（4期）球技など 継続	テニス バドミントン ソフトボール ゴルフ マシーントレーニング バレーボール 武道 ニュースポーツ 体育理論 など	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