※令和４年度以降入学生用

学校番号	３０２４

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							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・日々の授業に意欲的に参加し、運動を通して他者との交流を深めよう。
・集団行動や各種目の中で、運動技能・体力や筋力を高めよう。
・他者と協力して計画的に取り組み、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。

2　学習の到達目標

知識・技能
　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る。
思考・判断・表現
　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、適切に判断する能力を養う。
主体的に学習に取り組む態度
　心と体を一体としてとらえ、健康・安全に留意し、積極的に運動する態度を育てるとともに、運動の合理的、計画的な実践を通して自ら授業を作り上げる能力を養う。

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。	単元ごとに、これまでの知識や技能を活用し、授業計画をおこない、ノートにまとめることができる。 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。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に生かせている。	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主体的に授業を計画することができる。 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。

※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	集団行動　体つくり運動	オリエンテーション 集団行動 体ほぐしの運動 体力を高める運動	a:運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解している。 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: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ようとすること、自己の責任を果たそうとすることなど、健康・安全を確保して学習に自主的に取り組もうとしている。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
	選択体育　Ⅰ期	ラグビー　(男子) バレーボール(女子) バドミントン(男女) テニス　(男女)	a: 各種目の特性に応じた、技能を身につけると同時に、ルール、試合運営、技術・体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:各種目に自主的に取り組むとともに、作戦などについての話合い、教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート

※令和４年度以降入学生用

	水泳	水泳 クロール 平泳ぎ 背泳ぎ バタフライ メドレー	a:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けていると同時に、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、マナーやルールを大切にしようとする態度や自己責任を果たそうとする、自らの命を守るために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。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
後期	選択体育Ⅱ期	バスケットボール（男子） サッカー（女子） バドミントン（男女） テニス　（男女）	a: 各種目の特性に応じた、技能を身につけると同時に、ルール、試合運営、技術・体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:各種目に自主的に取り組むとともに、作戦などについての話合い、教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	技能観察 レポート ノート	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート
	選択体育Ⅲ期	サッカー　（男子） ハンドボール（女子） バスケットボール（女子） バレーボール （男子）	a: 各種目の特性に応じた、技能を身につけると同時に、ルール、試合運営、技術・体力の高め方、運動観察の方法を理解している。 b:攻防などの自己や仲間の課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 c:各種目に自主的に取り組むとともに、作戦などについての話合い、教えあおうとすることなどや、健康・安全を確保する。	技能観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート

※令和４年度以降入学生用

	体育理論	生涯スポーツの見方・考え方 ライフスタイルに応じたスポーツ スポーツを推進する取り組み 豊かなスポーツライフの創造	a:効率的なスポーツライフを設計するために必要な条件について、正しい知識をもつことができる。 b:スポーツを楽しむために、学習した内容を自らの生活のなかに取り入れることができる。 c:ライフステージに応じたスポーツの楽しみ方や、様々なスポーツの楽しみ方について、積極的に学習できる。	レポート ノート	レポート ノート	受講態度の観察 レポート ノート

※　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