※令和４年度以降入学生用

学校番号	１００５

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育（３年女子）	単位数	３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）

・様々な種目を実践しよう。
・体力・技能の向上をめざそう。
・種目を通して、人間関係など、様々なことを学ぼう。
・ルールを理解し、怪我の無いように取り組めるようにしよう。

２　学習の到達目標

・運動の合理性，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，それらの技能を身に付けるようにする。
・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，自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
・運動における競争や協働の経験を通して公正，協力，責任感を養う。また一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに，健康・安全を確保して，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。	知識を活用し、技能向上につなげることができる。 自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組みを工夫できる。 運動を継続したり、体力や技能を向上させるための計画を考えることができる。 学習で得た成果を自ら応用・発展させ、実生活に活かすことができる。	自ら進んで運動の楽しさや喜びを味わい、健康や安全を確保して学習に主体的に取り組もうとしている。 結果や勝敗を受け入れ、自他の技能を客観的に判断でき、公正・協力・責任・参画などの態度を身に付けようとしている。
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。			

※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)
１・２学期	陸上・体育理論・体つくり運動	５０・１００ｍ走 三段跳び やり投げ	a：各種目の特性に応じた、各種目特有の技能を身につける。 b：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：マナーやルールを大切にすること、自己責任を果たすことのほか、健康や安全を確保して、自主的に取り組んでいる。	・観察 ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート等
	ダブルダッチ・体育理論	回し方の練習 かぶり縄 迎え縄 各技の練習 発表	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：ダブルダッチを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。グループ内でコミュニケーションをとりながら、課題解決のための注意点を言及することができる。 c：安全に配慮すること、グループでの役割を果たすこと、演技などについての話合いに参加することなどのほか、健康や安全を確保して、自主的に取り組んでいる。	・観察 ・パフォーマンス課題 ・ワークシート	・観察 ・演技構成 ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート
	バドミントン・体育理論	ハイクリア・ドライブ・ヘアピン・スマッシュ シングルス・ダブルスゲーム	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：バドミントンの特性に応じた技能や、仲間との連携を図ろうとしている。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：フェアプレイを大切にすること、自己責任を果たすこと、作戦についての話合いに参加することのほか、健康や安全を確保して、自主的に取り組んでいる。	・観察 ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート ・パフォーマンス課題	・観察 ・ワークシート等

※令和４年度以降入学生用

２学期	水泳	クロール・平泳ぎの復習 背泳ぎの泳法練習 ５０m背泳ぎのタイム測定	a: 水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。 技術の名称や行い方、体力の高め方、観察の方法を理解している。 b: 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: マナーやルールを大切にすることや自己責任を果たすことのほか、水泳の事故防止に努め、健康や安全を確保して、自主的に取り組んでいる。	・観察 ・パフォーマンス課題	・観察 パフォーマンス課題	・観察
２・３学期	選択	前期 グラウンド種目 サッカー・ソフトボール・ハンドボール・テニス・ソフトテニス・アルティメット 後期 体育館種目 バスケットボール・バレーボール・バドミントン・卓球・ソフトバレー	a: 各種目の特性に応じた、各種目、演技特有の技能を身に付けている。 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: 自己の課題に応じて運動の取り組み方を工夫したり、仲間の課題に対しても注視したりすることができ、協力して解決策について考えることができる。 c: 割り当てられた役目を全うし、グループ活動が円滑に進むように計画を立て、その計画に沿って活動を行うことができる。 ルールやマナーを守り、安全に留意し活動を積極的に行うことができる。	・観察 ・スキル習熟度	・観察 グループワーク	・観察 ・ノート等

※　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