学校番号	２０２

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	「現代高等保健体育」　（大修館書店出版）						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・集団行動や各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力を高めよう。
・自他の運動を観察し、分析することで興味・関心を高め、運動の楽しさや喜び、達成感を一緒に味わおう。
・体育の授業を通して、運動をする・見る・支える・調べるといった関わりを学び、自分にあったスポーツライフを考えてみよう。
・様々な種目について調べ、授業の計画を行い、安全に実施できるようになろう。

2　学習の到達目標

・心と体を一体として捉え、健康・安全に留意して運動する態度を育て、運動の合理的、計画的な実践を通して運動を習慣化する。
・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、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り適切に判断する能力を養う。
・各種目において、自ら企画立案を行い、安全に留意し円滑に授業を実施できるようになる。

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豊かに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しているとともに，それらの技能を身に付けている。	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ている。	生涯にわたって継続して運動に親しむために，運動における競争や協働の経験を通して，公正に取り組む，互いに協力する，自己の責任を果たす，参画する，一人一人の違いを大切にしようとするとともに，健康・安全を確保している。

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。

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 選択体育	新体力テスト 体つくり運動 バレーボール バスケットボール テニス アルティメット ダンス	a 自分の体力のレベルを知り、体力の高め方。運動観察の方法を理解しようとしている。 音楽やテーマに合わせ、変化のある動きやステップを滑らかに、仲間と同調して踊ることができる。 B 技術や名称やルールを覚え、生涯にわたって実践するための各自の課題に取り組むことができる。 自己やグループの課題を見つけ、その解決に向けて動きの組み合わせや構成、空間の使い方などを工夫している。 C ボール操作やラケット操作によって、仲間と連携した「拾う、つな ぐ、打つ」などの一連の流れで攻撃を組み立てたりして、相手側の コートの空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。 審判法を理解し、試合運営を主体的に行えるようにする。 グループ内での役割を果たし、他者の表現の良さを認め合いながら、協力して安全に活動しようとしている。	観察 学習カード	観察 学習カード	観察 学習カード 振り返りシート

	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 各単元について、スポーツと関連付けて理解している。 b 各単元について、必要な情報を比較したり分析したりしてまとめた考えを説明できる。 c 各単元について、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に主体的に取り組もうとしている。	観察 学習カード テスト	観察 学習カード テスト	観察 学習カード 振り返りシート
2学期	選択体育	バレーボール バドミントン ソフトボール テニス ダンス	a ボール操作やラケット操作によって、仲間と連携した「拾う、つな ぐ、打つ」などの一連の流れで攻撃を組み立てたりして、相手側の コートの空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。 音楽やテーマに合わせ、変化のある動きやステップを滑らかに、仲間と同調して踊ることができる。 b 投球に対する安定したバット操作により出塁、進塁、得点する攻 撃と仲間と連携した守備のバランスのとれた攻防を展開できるよう にする。 自己やグループの課題を見つけ、その解決に向けて動きの組み合わせや構成、空間の使い方などを工夫している。 c 審判法を理解し、試合運営を主体的に行えるようにする。 グループ内での役割を果たし、他者の表現の良さを認め合いながら、協力して安全に活動しようとしている。	観察 学習カード	観察 学習カード	観察 学習カード 振り返りシート

3学期	選択体育	バレーボール バスケットボール バドミントン 卓球 サッカー	a ボール操作やラケット操作によって、仲間と連携した「拾う、つな ぐ、打つ」などの一連の流れで攻撃を組み立てたりして、相手側の コートの空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。 b・安定したボール操作と空間を作りだすなどの連携した動きによって攻防を展開できるようにする。 c 審判法を理解し、試合運営を主体的に行えるようにする。	観察 学習カード	観察 学習カード	観察 学習カード 振り返りシート

※　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