※令和４年度以降入学生用

学校番号	3022

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	生涯スポーツ	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書							
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

私たちが生涯にわたって健康で豊かな生活を送るには、スポーツと継続的にかかわることが必要です。高校生はちょうど成人に達する直前であり、心と体の機能が成熟する大切な時期です。多くの知識・技能を身につけるとともに、さまざまな体験や思考を通じて心を豊かにし、体を鍛え身体能力を高めていきましょう。

2　学習の到達目標

・心と体を一体としてとらえ、健康・安全に留意して運動する態度を育てる。
・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も生かせるよう、ライフステージと健康についての知識や理解を深める。
・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。

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、計画的な実践に関する具体的な知識を身につけている。 ・生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するための科学的知識及び運動の特性に応じた段階的な技能を身につけている。 ・個人及び社会生活における健康・安全について、課題解決に役立つ知識や技能を身につけている。	・自己や仲間の課題に応じた運動の取り組み方や、健康の保持及び体力を高めるための運動の計画を工夫し、それらを表現している。 ・個人及び社会生活における健康課題を発見し、その課題の解決策について、学習内容を踏まえたうえで、総合的に考え、判断し、それらを表現している。	・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。 ・健康を優先し、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりに関する学校活動に主体的に取り組もうとしている。

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)
一学期	球技	選択制 バウンドテニス ソフトボール シッティングバレー アルティメット バドミントン その他パラスポーツ など	a:　各種運動の特性に応じた技能を身につける。体力の高め方、運動観察の方法を理解し、取り組み方を理解している。 b:　生涯にわたって各種目を豊かに実践する為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:　運動の楽しみや喜びを味わう事が出来るよう、勝敗を冷静に受け止めること、良い演技を心掛け、マナーやルールを大切にすること、事故防止に関することなど、自主的に取り組もうとしている。	技能 観察	ワークシート	技能 観察
二学期	球技・陸上競技	選択制 屋内ホッケー テニス ソフトバレーボール 陸上競技 バスケットボール バレーボール その他パラスポーツ など	a:　各種運動の特性に応じた技能を身につける。体力の高め方、運動観察の方法を理解し、取り組み方を理解している。 b:　生涯にわたって各種目を豊かに実践する為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:　運動の楽しみや喜びを味わう事が出来るよう、勝敗を冷静に受け止めること、良い演技を心掛け、マナーやルールを大切にすること、事故防止に関することなど、自主的に取り組もうとしている。	技能 観察	ワークシート	技能 観察

※令和４年度以降入学生用

三学期	球技	選択制 バスケットボール バレーボール バドミントン その他パラスポーツ など	a:　各種運動の特性に応じた技能を身につける。体力の高め方、運動観察の方法を理解し、取り組み方を理解している。 b:　生涯にわたって各種目を豊かに実践する為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:　運動の楽しみや喜びを味わう事が出来るよう、勝敗を冷静に受け止めること、良い演技を心掛け、マナーやルールを大切にすること、事故防止に関することなど、自主的に取り組もうとしている。	技能 観察	ワークシート	技能 観察

※　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