※令和４年度以降入学生用

学校番号	3023

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	「現代高等保健体育ノート」（大修館書店）						

１　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・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。
・選択種目の授業を通して、体力を高めるとともに１，２年次に行ってきた運動の技能をより向上させ、またそれぞれが主体性を持って行動することを目指そう。

２　学習の到達目標

・運動の計画的な実践を通して、運動の楽しさを味わい、生涯にわたって運動を継続することができるように、運動の多様性や必要性について理解し、それらの技能を身に着ける。
・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、計画的に解決するために思考、判断する。また、自己やチームメイトが考えたことを他者に伝える力を養う。
・運動の経験を通して、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。また、それぞれの違いを大切にする意欲を育てるとともに、健康、安全を確保し、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。

※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学期	集団行動　体つくり運動	オリエンテーション 体ほぐしの運動 新体力テスト	a:自身の身体や体力を確認し、健康の維持増進に必要な技能を育もうとしている。また、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。またその自己や仲間の考えたことを、他者に伝えることができている。 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。	スキルテスト	学習カード	受講態度の観察 指導に対する反応

※令和４年度以降入学生用

	水泳	水泳 バタフライ 背泳ぎ 平泳ぎ クロール 上記の泳法を用いて 個人メドレー	a:水泳の特性に応じた、効率的な泳法を身に付けている。また、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。ままたそれらの取り組みを通して培った自己や仲間の考えを、他者に伝えることができている。 c:水泳の楽しさや喜びを味わうことができるように勝敗を冷静に受け止め、マナーやルールを大切にしようとすることや自己責任を果たそうとすることなどや、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。	スキルテスト 記録測定	学習カード 授業態度の観察	授業態度の観察 記録会の企画・運営
2学期・3学期	体育理論	豊かなスポーツライフの設計	a:生涯スポーツについて、意見交換や自身の考えを発表するなどの活動を通して、学習に自主的に取り組もうとしている。 b:ライフステージに応じたスポーツを楽しむために必要な情報を、身の回りの人を含めたさまざまな手段で収集し、比較・分析しながら自分自身のスポーツライフの設計ができるとともに実践していくことができる。 c:豊かなスポーツライフを送るために必要な知識を理解し、ライフスタイルに違いはあってもスポーツに関わっていくことが生活の質を決める要因になることを理解している。	受講態度の観察 ノート		

※令和４年度以降入学生用

	球技 ネット型　ゴール型　ベースボール型	選択種目 ネット型 ・バドミントン ・バレーボール ・テニス ・卓球 ゴール型 ・サッカー ・バスケットボール ・ゴルフ ベースボール型 ・ソフトボール 上記の種目より通年で5種目選択	a:球技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、フェアプレイを大切にしようとすること、自己責任を果たそうとすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすることなどや、健康や安全を確保して、積極的かつ自主的に取り組もうとしている。 b:生涯にわたって球技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:球技の特性に応じてゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間との連携した動きを身につけている。	スキルテスト	授業態度の観察 学習カード	授業態度の観察

※　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