学校番号	２１５

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	(学)ライフスポーツ	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	最新高等　保健体育（大修館書店出版）						
副教材等	ステップアップ高校スポーツ　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

他の生徒の動きを観察してお互いに長所や短所を指摘しあって、記録の向上をめざそう。チームメイトとの会話をはかり、チームの勝利につなげられるよう個人の技能のちがいを理解し協力的な姿勢、態度で授業にのぞむ。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】
運動の課題や特徴を理解し、体力の維持や運動の特性に応じた技能を身につける。
【思考力、判断力、表現力等】
自ら計画することで、進んで運動に取り組み、運動の特性を理解し、生涯にわたって運動の楽しさを味わうための基礎作りをする
【学びに向かう力、人間性等】
グループ学習を通じて、公正・協力・責任などの態度を身につける。
競技の特性を理解し、共修のための工夫や態度を養う。

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	運動のそれぞれの名称や使い方、体力向上の仕方等理解し、具体的に安全の確保を理解しながら実践する。記録や技能向上に挑戦する。種目に応じた特性を理解し、個人が最大限にパーフォーマンスできるようにする。	生涯にわたって運動を豊かに継続するため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て取り組み方を工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。	一人一人の違いを大切にしようとし、他者を尊重し，伝統的な行動の仕方を大切にしようとする。 互いに助け合い高め合おうと主体的に話し合い、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たし、合意形成に貢献しようとする。

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)
	ソフトバレーボール	・チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上、戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。また、安全に練習ができるようにするとともに、計画的な練習や競技会の企画・運営ができるようにする。 (1) バレーボールの基本的な個人技能や集団技能を身につけ、攻撃と防御の連携プレーをゲームで発揮する。 (2) チーム内で、個人技能を組み合わせた連携プレーを発揮できるようにする。 (3) レシーブ・トス・スパイク・ブロックなどの基本を着実に身につける。 (4) ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための正しい知識をもつ。	a: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。 b:自己の能力に応じた運動の取り組み方を工夫している。 C:MTM 学習法を原則として、有効な練習とゲームを楽しむ態度を身につける。 d:生涯を通じて運動を継続する意義を理解している。	パフォーマンステスト 技能テストとリーグ戦成績	レポート 観察 体育ノート	レポート 観察 体育ノート 授業運営力
	バドミントン	・自己の能力に応じた技能の向上によって、攻防の展開ができるようにする。また、安全に練習ができるようにするとともに、計画的な練習や競技会の企画・運営ができるようにする。 (1) バドミントンの基本的な技能を身につけるための効果的な練習方法を考え、積極的に実行する。 (2) 相手の動きやフライトの特徴に対して、より有効な攻撃を考え、ゲームに生かす。ダブルスでは、パートナーの特徴を生かした攻撃を考える。 (3) ハイクリア・ドロップ・ドライブ・スマッシュなどの打法やサービス・レシーブなどの基本を着実に身につけ、多彩なプレーを組み立てる。 (4) ネット型のゲームの特性や、バドミントンのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための正しい知識を身につける。	a: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。 b:自己の能力に応じた運動の取り組み方を工夫している。 C:MTM 学習法を原則として、有効な練習とゲームを楽しむ態度を身につける。 d:生涯を通じて運動を継続する意義を理解している。	パフォーマンステスト 技能テストとリーグ戦成績	レポート 観察 体育ノート	レポート 観察 体育ノート 授業運営力

	卓球	・自己の能力に応じた技能の向上によって、攻防の展開ができるようにする。また、安全に練習ができるようにするとともに、計画的な練習や競技会の企画・運営ができるようにする。 (1) 卓球の基本的な技能を身につけるための効果的な練習方法を考え、積極的に実行する。 (2) 相手の動きや打球に対して、より有効な攻撃を考え、ゲームに生かす。ダブルスでは、パートナーの特徴を生かした攻撃を考える。 (3) ロング・ショート・カットなどの打法や・サービス・レシーブなどの基本を着実に身につけ、多彩なプレーを組み立てる。 (4) ネット型のゲームの特性や卓球のルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための正しい知識をもつ。	a: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。 b:自己の能力に応じた運動の取り組み方を工夫している。 C:MTM 学習法を原則として、有効な練習とゲームを楽しむ態度を身につける。 d:生涯を通じて運動を継続する意義を理解している。	パフォーマンステスト 技能テストとリーグ戦成績	レポート 観察 体育ノート	レポート 観察 体育ノート 授業運営力
	サッカー	・チームの課題や自己の能力に応じた技能の向上，戦術・作戦を生かした攻防の展開ができるようにする。互いに協力するとともに，勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。また，安全に練習ができるようにするとともに，計画的な練習や競技会の企画・運営ができるようにする。 (1) サッカーの基本的な技能を身につけるとともに、それを集団的な技能に結びつけるための練習を積極的に行う。 (2) ゲームのなかで、その時々に自らに求められるプレーを、チームメイトとの関係も考慮して適切に選択する。 (3) パス・ドリブル・シュート、ヘディング・ゴールキーピングなどの基礎的な技能を身につけ、オフェンス・ディフェンス・ゴールキーパーとの連携など、ゲーム中の攻防の場面を想定し、互いに協力して有効な動きを身につける。 (4) ゴールへのシュートを競い合うゲームの特性と技能の構造を正しく理解する。ゲームのルールを正しく理解し、審判法を身につける。	a: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。 b:自己の能力に応じた運動の取り組み方を工夫している。 C:MTM 学習法を原則として、有効な練習とゲームを楽しむ態度を身につける。 d:生涯を通じて運動を継続する意義を理解している。	パフォーマンステスト 技能テストとリーグ戦成績	レポート 観察 体育ノート	レポート 観察 体育ノート 授業運営力

	ソフトボール	・集団的技能や個人的技能を発揮して攻撃と防御を繰り返し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わうことができるようにする。また、互いに協力するとともに，勝敗に対して公正な態度がとれるようにする。また，安全に練習ができるようにするとともに，計画的な練習や競技会の企画・運営ができるようにする。 (1) ソフトボールの基本的な技能を身につけるとともに、それを集団的な技能に結びつけるための練習を積極的に行う。 (2) ゲームのなかで、チームの戦術と自己の役割を正しく理解し、適切なプレーをする。 (3) スローイング・キャッチング・バッティングなど個人的技能の基本を着実に身につけ、ダブルプレーなど連携技能を身につけていく。 (4) ゲームのルールを確実に理解し、具体的な場面においてそれをふまえた行動をする。	a: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。 b:自己の能力に応じた運動の取り組み方を工夫している。 C:MTM 学習法を原則として、有効な練習とゲームを楽しむ態度を身につける。 d:生涯を通じて運動を継続する意義を理解している。	パフォーマンステスト 技能テストとリーグ戦成績	レポート 観察 体育ノート	レポート 観察 体育ノート 授業運営力

※　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