学校番号	２０５

令和８年度　体育科

教科	保健体育	科目	ライフスポーツ	単位数	２単位	年次	３年次
使用教科書	高等学校保健体育 Textbook、高等学校保健体育 Activity（第一学習社出版）						
副教材等	なし						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・生涯スポーツの観点および、少人数でこそ高められる種目を設定し、自己の能力に応じてさらに高い運動技能・体力や筋力を目指そう。
・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探そう。

2　学習の到達目標

【知識及び技能】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するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。
【思考力、判断力、表現力等】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る力を養う。
【学びに向かう力、人間性等】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社に伝える力を養う。	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。

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	球技	アルティメット[男子] (ゴール型球技)	a:種目の特性に応じた、技能・戦術を身につける。 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:生涯にわたって各種目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:各種目に主体的に取り組む。フェアなプレーを大切にしようとする。互いに助け合い高め合おうとする。健康・安全を確保しながら取り組む。	技能テスト	技術向上のための工夫 技能テスト	授業に取り組む姿勢
		インディアカ[女子] (ネット型球技)	a:種目の特性に応じた、技能・戦術を身につける。 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:生涯にわたって各種目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:各種目に主体的に取り組む。フェアなプレーを大切にしようとする。互いに助け合い高め合おうとする。健康・安全を確保しながら取り組む。	技能テスト	技術向上のための工夫 技能テスト	授業に取り組む姿勢
2学期	球技	インディアカ[男子] (ネット型球技)	a:種目の特性に応じた、技能・戦術を身につける。 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:生涯にわたって各種目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。	技能テスト	技術向上のための工夫 技能テスト	授業に取り組む姿勢

			c：各種目に主体的に取り組む。フェアなプレーを大切にしようとする。互いに助け合い高め合おうとする。健康・安全を確保しながら取り組む。			
		バドミントン[男子・女子] （ネット型球技）	a：種目の特性に応じた、技能・戦術を身につける。 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：生涯にわたって各種目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：各種目に主体的に取り組む。フェアなプレーを大切にしようとする。互いに助け合い高め合おうとする。健康・安全を確保しながら取り組む。	技能テスト	技術向上のための工夫 技能テスト	授業に取り組む姿勢
		ソフトボール[女子] （ベースボール型球技）	a：種目の特性に応じた、技能・戦術を身につける。 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：生涯にわたって各種目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：各種目に主体的に取り組む。フェアなプレーを大切にしようとする。互いに助け合い高め合おうとする。健康・安全を確保しながら取り組む。	技能テスト	技術向上のための工夫 技能テスト	授業に取り組む姿勢
3学期	球技	ソフトボール[男子] （ベースボール型球技）	a：種目の特性に応じた、技能・戦術を身につける。 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：生涯にわたって各種目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。	技能テスト	技術向上のための工夫 技能テスト	授業に取り組む姿勢

			c:各種目に主体的に取り組む。フェアなプレーを大切にしようとする。互いに助け合い高め合おうとする。健康・安全を確保しながら取り組む。			
		アルティメット[女子] (ゴール型球技)	a:種目の特性に応じた、技能・戦術を身につける。 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:生涯にわたって各種目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:各種目に主体的に取り組む。フェアなプレーを大切にしようとする。互いに助け合い高め合おうとする。健康・安全を確保しながら取り組む。	技能テスト	技術向上のための工夫 技能テスト	授業に取り組む姿勢

※　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