学校番号	3032B

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 A	単位数	１単位	年次	３年次 前期
使用教科書	自主制作教材						
副教材等							

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

アルティメット：戦術・実践を通じて理解を深めるとともにゲームを楽しめる技術獲得を目指す。
ソフトバレー：柔らかいボールの特性から手にやさしく、軽いためパス及びアタックが容易にできる。より上手になるための身体的な動きについて探っていく。
卓　　球　　：基礎的知識及び、技能を習得し、楽しく試合ができることを目指す。

2　学習の到達目標

通常授業で行わない種目によってその特性を知りお互いが協力して、安全にスポーツを行う態度を養う

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	運動技術の名称や合理的な体力の高め方、各運動種目のルールについて理解している。 運動と健康との関りを理解している。	授業で身につけた知識を活用し、自分の技術や記録の向上につなげている。また、チーム力アップのために何をすべきか考える。 運動の継続や体力・技術の向上のため計画を立てることができる。	安全に留意し、取り組もうとしている。 周囲と協力し、自分のやるべきことに責任を持ってやっている。 率先して準備や片付けをおこなう。

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)
前期	アルティメット	オリエンテーション 種目特性・ルール説明・基本動作 基本技術①バックハンドスロー＆キャッチ・ミニゲーム 基本技術②サンドイッチキャッチ・ミニゲーム 基本技術③シングルキャッチ＆ミニゲーム	a:ディスクコントロール フォアハンド バックハンド 返球の正確性 キャッチの正確性 b:戦略面 c:安全面	・スロー、キャッチのスキルテスト ・試合の勝敗	・試合中の動き ・仲間への声掛け	・準備・片付け ・取り組み態度 ・安全面に対する行動
	ソフトバレー	基本技術の習得 ・アンダーパス ・オーバーパス ・レシーブ ・サーブカット ・サーブカット ・アタック ゲーム	a:ボールコントロール レシーブ、トスの正確性 ゲーム b:戦略面 c:安全面を理解し準備片付けを率先しておこなう	・レシーブ、トス、アタックのスキルテスト ・ゲーム	・ゲームでの連携 ・仲間への声掛けやサポート	・準備や片付け ・練習やゲームへの取り組み態度
	卓球	基本技術の習得・ルール説明 ・持ち方、打ち方、姿勢、ラケットの種類 ・フォアハンド打法 ・バックハンド打法 ・サーブレシーブ ・シングルスゲーム	a:ボールコントロール 特性理解 リーグ戦 b:戦略面 練習方法の工夫 c:対戦相手への態度 準備、片付け	・サーブテスト ・ラリーテスト ・リーグ戦績	・フォームや打ち方を研究し実践する	・準備や片付け ・対戦相手への態度 ・取り組み態度

※　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