学校番号	1011

令和８年度　保健体育科

教科	(専)体育	科目	(学)ライフスポーツA	単位数	２単位	年次	２年次
使用教科書	なし						
副教材等	「ステップアップ高校スポーツ　２０２３」　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・人生を健康的に送るために必要な「生涯スポーツ（ライフスポーツ）」の考え方を学び、その候補となるいくつかのスポーツを実際に体験してもらう講座です。
・必修体育授業レベル以上の授業実践・運営・協力的な態度を求めます。

2　学習の到達目標

・幅広いジャンルのスポーツ種目を体験し、各種目の特性についての理解と課題解決をめざした計画的な運動の実践を通して、より高い技能習得を身に付ける。
・またそれら技能を発揮してゲームを楽しむことができる。
・一生涯、何らかの形でスポーツに親しめる環境を自分たちで整えることの意義を考え、仲間・相手・支援者（審判や競技関係者）を尊重しようとしている。

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	基本的なスキルを身につけ、その種目の持つ特性を体感できる。	自ら調べ、探究して個人のスキルアップやチーム力アップに貢献できる。	ルールやマナーを身につけ、協働的な態度でスポーツを安全に楽しむことができる。

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。
男子・女子は原則として、以下の表に示す通り別カリキュラムで実施しますが、種目によっては男女共修にする場合もあります。

＜男子用＞

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)
第一期	バレーボール	バレーボール ソフトバレーボール	a:状況に応じたボール操作や空間を理解したプレイを行うことができる。 b: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組み方を工夫することができる。 c:自己の責任を果たし、仲間と互いに協力し合い、安全・ケガ予防の配慮をしようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど
	ソフトボール	ソフトボール キックベースボール	a:攻防を展開するため、状況に応じたバット操作や走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などの動きができる。 b:これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。チームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど
第二期	テニス・卓球	テニス (シングルス・ダブルス) 卓　球	a:状況に応じたラケット操作や空間を理解したプレイを行うことができる。 b:これまでの学習を踏まえたうえで、相手とのかけひきの中で自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。ダブルスの時などにチームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど

	ニュースポーツ	アルティメット ドッジビー	a:攻防を展開するため、状況に応じてスペースを埋める動きや、安定したディスク操作と状況に応じた守備などの動きができる。 b:これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。チームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど
第三期	バドミントン	バドミントン (シングルス・ダブルス)	a:状況に応じたラケット操作や空間を理解したプレイを行うことができる。 b:これまでの学習を踏まえたうえで、相手とのかけひきの中で自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。ダブルスの時などにチームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど
	フットサル	フットサル ミニサッカー	a:攻防を展開するため、状況に応じてスペースを埋める動きや、安定したボール操作と状況に応じた守備などの動きができる。 b:これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。チームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど

※　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

＜女子用＞

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)
第一期	バドミントン	バドミントン (シングルス・ダブルス)	a:状況に応じたラケット操作や空間を理解したプレイを行うことができる。 b:これまでの学習を踏まえたうえで、相手とのかけひきの中で自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。ダブルスの時などにチームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど
	ゴルフ(基礎)	ターゲットバードゴルフ	a:状況に応じたグラブ操作や空間を理解したプレイを行うことができる。 b:これまでの学習を踏まえたうえで、自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど
第二期	テニス・卓球	テニス (シングルス・ダブルス) 卓　球	a:状況に応じたラケット操作や空間を理解したプレイを行うことができる。 b:これまでの学習を踏まえたうえで、相手とのかけひきの中で自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。ダブルスの時などにチームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど

	ニュースポーツ	アルティメット ドッジビー	a:攻防を展開するため、状況に応じてスペースを埋める動きや、安定したディスク操作と状況に応じた守備などの動きができる。 b:これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。チームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど
第三期	バレーボール	バレーボール ソフトバレーボール	a:状況に応じたボール操作や空間を理解したプレイを行うことができる。 b: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組み方を工夫することができる。 c:自己の責任を果たし、仲間と互いに協力し合い、安全・ケガ予防の配慮をしようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど
	フットサル	フットサル ミニサッカー	a:攻防を展開するため、状況に応じてスペースを埋める動きや、安定したボール操作と状況に応じた守備などの動きができる。 b:これまでの学習を踏まえて、チームが目指す目標に応じたチームや自己の課題を設定し、その解決に向けた取り組みができる。 c:学習に主体的に取り組もうとしている。チームの合意形成に貢献しようとしている。	スキルテスト ゲーム評価など	ルール・マナーテスト レポートなど	授業観察 レポートなど

※　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