

年間授業計画

高等学校 令和6年度（1学年用） 教科 保健体育 科目 体育

教科：保健体育 科目：体育 単位数：2 単位

対象学年組：第1学年 A組～組

教科担当者：

使用教科書：（大修館書店「新 高校 保健体育」）

教科 保健体育 の目標：

- 【知識及び技能】(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】(2) 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- 【学びに向かう力、人間性等】(3) 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

科目 体育 の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
(1) 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。	(2) 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。	(3) 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。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	担当 時数
1 学 期	<p>体づくり運動</p> <p>【知識及び技能】 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、話し合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・体ほぐしの運動</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付けたり関わり合ったりすることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	12
	<p>陸上競技</p> <p>【知識及び技能】 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとし、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・ハードル走、走り幅跳び、ハンドボール投げ</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 記録会に於いて良い成績をのこすことができる。毎回の取り組みの成果を記録の向上につなげることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 記録の向上を目指し、自己の課題に対し取り組みることができる。</p>	○	○	○	12
	<p>球技</p> <p>【知識及び技能】 ネット型では、役割に応じたボールの操作や安定した用具の操作と連動した動きによって空いた場所をめぐる攻めができるようになる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主的に取り組むとともにフェアなプレイを大切にしようとし、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・バレーボール</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 チームで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて、自己の活動を振り返っている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	12

2 学 期	<p>球技</p> <p>【知識及び技能】 ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主的に取り組むとともにフェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする</p>	<p>・フットサル</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 基本的な技術を身につけ、ゲームの展開の中で状況に応じた位置に動くことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	12
3 学 期	<p>球技</p> <p>【知識及び技能】 安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作、連携した守備などによって攻防を展開することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主的に取り組むとともにフェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする</p>	<p>・ソフトボール</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 投げる・捕る・打つ等の基本的な技術を身に付けている。</p> <p>【思考・判断・表現】 ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	12
	<p>陸上競技</p> <p>【知識及び技能】 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受けめ、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・長距離走</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	10



年間授業計画

高等学校 令和6年度（2学年用）教科 保健体育 科目 体育

教科：0

科目：体育

単位数：2 単位

対象学年組：第 2 学年 A 組～ 組

教科担当者：（A組： ） （ 組： ）

使用教科書：（ ）

教科 0 の目標：

- 【知識及び技能】 (1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】 (2) 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- 【学びに向かう力、人間性等】 (3) 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

科目 体育 の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
(1) 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。	(2) 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。	(3) 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組み、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。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知 思 態			配当 時数
1 学 期	<p>体づくり運動</p> <p>【知識及び技能】 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、話合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・体ほぐしの運動</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	12
	<p>球技</p> <p>【知識及び技能】 ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主的に取り組むとともにフェアなプレイを大切にしようとし、作戦などについての話合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・バスケットボール</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 基本的な技術を身につけ、ゲームの展開の中で状況に応じた位置に動くことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	12
	<p>器械運動</p> <p>【知識及び技能】 器械運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを、理解するとともに、自己に適した技で演技する。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝える。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 器械運動に自主的に取り組むとともに、良い演技を講えようとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、ルールやマナーを大切にしようとし、健康や安全を確保する。</p>	<p>・マット運動</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 器械運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、運動観察の方法、体力の高め方などを、理解するとともに、自己に適した技で演技している。</p> <p>【思考・判断・表現】 技などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動に自主的に取り組むとともに、良い演技を講えようとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、ルールやマナーを大切にしようとし、健康や安全を確保している。</p>	○	○	○	12

2 学 期	<p>球技</p> <p>【知識及び技能】 安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作、連携した守備などによって攻防を展開することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主的に取り組むとともにフェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする</p>	<p>・ソフトボール</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 投げる・捕る・打つ等の基本的な技術を身に付けている。</p> <p>【思考・判断・表現】 ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	12
3 学 期	<p>球技</p> <p>【知識及び技能】 硬式テニスについて、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携し、ゲームを展開させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を理解するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 硬式テニスに自主的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとする、健康や安全を確保する。</p>	<p>・硬式テニス</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 硬式テニスについて、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携し、ゲームを展開している。</p> <p>【思考・判断・表現】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を理解するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 硬式テニスに自主的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとする、健康や安全を確保している。</p>	○	○	○	12
3 学 期	<p>陸上競技</p> <p>【知識及び技能】 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 動きなどの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受けめ、ルールやマナーを大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・長距離走</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	10

年間授業計画

高等学校 令和6年度（2学年用） 教科 保健体育 科目 保健

教科：保健体育 科目：保健

単位数：1 単位

対象学年組：第2学年 A組～ 組

教科担当者：（A組： ）（組： ）（組： ）（組： ）（組： ）（組： ）

使用教科書：（ ）

教科 保健 の目標：

- 【知識及び技能】 個人および社会生活における健康・安全について理解を深め生涯を通じて自他の健康増進の基礎となる知識を身につける。
- 【思考力、判断力、表現力等】 健康増進について自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決方法を思考し、目的に応じた他者への伝え方を養う。
- 【学びに向かう力、人間性等】 多様化する健康や環境の課題について、様々な方法で自らアプローチし、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を身につける。

科目 保健 の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
個人および社会生活における健康・安全について理解を積極的に深めようとする姿勢が見られる。また、生涯を通じて自他の健康増進の基礎となる知識を十分に身につけている。	健康増進について自他や社会の課題を発見し合理的、計画的な解決方法を思考し、目的に応じた他者への伝え方を身につけられている。	多様化する健康や環境の課題について、様々な方法で自らアプローチし、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を身につけられている。

単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価基準	知	思	態	配 当 時 数	
1 学 期	A 単元 【知識及び技能】 性について理解を高める 【思考力、判断力、表現力等】 性について多様な考え方を理解する 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う	生涯を通じる健康 ・オリエンテーション ・思春期と健康 ・性意識の変化と性行動の選択 ・結婚と健康	【知識・技能】 定期考査・発表への参加状況 【思考・判断・表現】 提出物の内容・定期考査 【主体的に学習に取り組む態度】 授業態度・出席状況	○	○	○	3
	B 単元 【知識及び技能】 家族計画について学ぶ 【思考力、判断力、表現力等】 健康的な生活の重要性を理解する 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う	・妊娠・出産と健康 ・家族計画	【知識・技能】 定期考査・発表への参加状況 【思考・判断・表現】 提出物の内容・定期考査 【主体的に学習に取り組む態度】 授業態度・出席状況	○	○	○	3
	C 単元 【知識及び技能】 加齢について学ぶ 【思考力、判断力、表現力等】 健康的な生活の重要性を理解する 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う	・加齢と健康 ・高齢社会に対応した取り組み	【知識・技能】 定期考査・発表への参加状況 【思考・判断・表現】 提出物の内容・定期考査 【主体的に学習に取り組む態度】 授業態度・出席状況	○	○	○	3
	D 単元 【知識及び技能】 働くことについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 健康的な生活の重要性を理解する 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う	・働くことと健康 ・労働災害の防止 ・働く人の健康づくり	【知識・技能】 定期考査・発表への参加状況 【思考・判断・表現】 提出物の内容・定期考査 【主体的に学習に取り組む態度】 授業態度・出席状況	○	○	○	3
	定期考査			○	○		1
2 学 期	E 単元 【知識及び技能】 環境について考え理解する 【思考力、判断力、表現力等】 環境汚染について理解を深める 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う	健康を支える環境づくり ・大気汚染と健康 ・水質汚濁・土壌汚染と健康 ・健康被害を防ぐための環境対策 ・環境衛生に関わる活動	【知識・技能】 定期考査・発表への参加状況 【思考・判断・表現】 提出物の内容・定期考査 【主体的に学習に取り組む態度】 授業態度・出席状況	○	○	○	6
	F 単元 【知識及び技能】 食品の安全性について理解する 【思考力、判断力、表現力等】 健康的な生活の重要性を理解する 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う	・食品の安全性と環境 ・食品の安全性を確保する取り組み	【知識・技能】 定期考査・発表への参加状況 【思考・判断・表現】 提出物の内容・定期考査 【主体的に学習に取り組む態度】 授業態度・出席状況	○	○	○	6
3 学 期	G 単元 【知識及び技能】 保健制度と医療制度についてを学ぶ 【思考力、判断力、表現力等】 日常に活用できる応急処置を学ぶ 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う	・保健制度とその活用 ・医療制度とその活用 ・医薬品の制度とその活用	【知識・技能】 定期考査・発表への参加状況 【思考・判断・表現】 提出物の内容・定期考査 【主体的に学習に取り組む態度】 授業態度・出席状況	○	○	○	5
	H 単元 【知識及び技能】 様々な保健活動を学ぶ 【思考力、判断力、表現力等】 健康的な生活の重要性を理解する 【学びに向かう力、人間性等】 明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う	・様々な保健活動や対策 ・誰もが健康に過ごせる社会に向けた健康づくり	【知識・技能】 定期考査・発表への参加状況 【思考・判断・表現】 提出物の内容・定期考査 【主体的に学習に取り組む態度】 授業態度・出席状況	○	○	○	5
						合計	35

高等学校 令和6年度（1学年用）教科 保健体育 科目 体育

教科：保健体育 科目：体育

単位数：2 単位

対象学年組：第3学年 A組～ 組

教科担当者：（組： ）（組： ）（組： ）（組： ）（組： ）（組： ）

使用教科書：（ ）

教科 0 の目標：

- 【知識及び技能】(1) 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身に付けるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】(2) 運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝える力を養う。
- 【学びに向かう力、人間性等】(3) 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

科目 0 の目標：

【知識及び技能】	【思考力、判断力、表現力等】	【学びに向かう力、人間性等】
(1) 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。	(2) 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。	(3) 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。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	配当 時数
1 学 期	<p>体づくり運動</p> <p>【知識及び技能】 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、話合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・体ほぐしの運動</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	12
	<p>球技</p> <p>【知識及び技能】 バドミントンについて、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携し、ゲームを展開させる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やペアの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を理解するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 バドミントンに自主的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとすることや健康や安全を確保する。</p>	<p>・バドミントン</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 バドミントンについて、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携し、ゲームを展開している。</p> <p>【思考・判断・表現】 攻防などの自己やペアの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を理解するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 バドミントンに自主的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとすることや健康や安全を確保している。</p>	○	○	○	12
	<p>球技</p> <p>【知識及び技能】 安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作、連携した守備などによって攻防を展開することができる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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ができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主的に取り組むとともにフェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・ソフトボール</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p>【知識・技能】 投げる・捕る・打つ等の基本的な技術を身に付けている。</p> <p>【思考・判断・表現】 ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	12
2 学 期							

期	<p>球技</p> <p><b>【知識及び技能】</b> ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができるようにする。</p> <p><b>【思考力、判断力、表現力等】</b> 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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ができるようにする。</p> <p><b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 球技に自主的に取り組むとともにフェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする</p>	<p>・バスケットボール</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p><b>【知識・技能】</b> 基本的な技術を身につけ、ゲームの展開の中で状況に応じた位置に動くことができる。</p> <p><b>【思考・判断・表現】</b> ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度】</b> 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	12
3 学 期	<p>球技</p> <p><b>【知識及び技能】</b> ゴール型では、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができるようにする。</p> <p><b>【思考力、判断力、表現力等】</b> 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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ができるようにする。</p> <p><b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 球技に自主的に取り組むとともにフェアなプレイを大切にしようとする、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする</p>	<p>・サッカー</p> <p>教材：大修館書店 「新 高校 保健体育」</p> <p>一人1 台端末の活用 等</p>	<p><b>【知識・技能】</b> 基本的な技術を身につけ、ゲームの展開の中で状況に応じた位置に動くことができる。</p> <p><b>【思考・判断・表現】</b> ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。</p> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度】</b> 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	22
							70

令和6年度 年間授業計画

教科・科目名	保健体育・体育	担 当 者	
使用教科書	改訂版 保健体育（第一学習社）	学年・クラス	4年A組
単 位 数	2単位	年間配当時間	70時間

学習のねらい・到達評価等	評価項目と基準
基本技術の習得 安全への留意 協力して運動する姿勢 健康維持に必要な運動量の確保	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出席状況</li> <li>・服装</li> <li>・授業態度</li> <li>・運動の技能</li> </ul> 上記を総合評価する。

	予定時数	単元・指導目標・指導内容等	評価方法	備考
1 学期	22時間	◎オリエンテーション（男女） ・授業ルールを理解し、学習の見通しをもつ。 ◎体づくり運動 (1) 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解するとともに、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てることができるようにする。 ア 体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気づき、仲間と主体的に関わり合うことができるようにする。 イ 実生活に生かす運動の計画では、自己のねらいに応じて、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継続的な運動の計画を立て取り組むことができるようにする。 (2) 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ができるようにする。 (3) 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、合意形成に貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。 ◎球技（バスケ、バレー、バド、テニス、サッカー、ラグビー、ゴルフ、卓球、アルティメット、ベースボール5）（男女） (1) 次の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。 ア ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を理めるなどの動きによって空間への侵入などから攻守をすることができるようにする。 イ ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻守をすることができるようにする。 ウ ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻守をすることができるようにする。 (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、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、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができるようにする。 (3) 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとし、合意形成に貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができるようにする。 次の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。 ◎陸上 (1) 次の運動について、記録の向上や競争及び自己や仲間の課題を解決するなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。 ア 短距離走・リレーでは、中間走の高いスピードを維持して速く走ることやバトンの受渡して次走者と前走者の距離を長くすること、長距離走では、ペースの変化に対応して走ること、ハードル走では、スピードを維持した走りからハードルを低くリズムカルに越すことができるようにする。 イ 走り幅跳びでは、スピードに乗った助走と力強い踏み切りから着地までの動きを滑らかにして跳ぶこと、走り高跳びでは、スピードのあるリズムカルな助走から力強く踏み切り、滑らかな空間動作で跳ぶこと、三段跳びでは、短い助走からリズムカルに連続して跳ぶことができるようにする。 ウ 砲丸投げでは、立ち投げから砲丸を突き出して投げること、やり投げでは、短い助走からやりを前方にまっすぐ投げることで投げるようにする。 (2) 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ができるようにする。 (3) 陸上競技に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとし、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保することができるようにする。 ◎マット (1) 次の運動について、技がよりよくなり自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表の仕方などを理解するとともに、自己に達した技で演技することができるようにする。 ア マット運動では、回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技することができるようにする。 (2) 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ができるようにする。 (3) 器械運動に主体的に取り組むとともに、よい演技を贈ろうとすること、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保することができるようにする。 ◎ダンス (1) 次の運動について、感じを込めて踊ったり仲間と自由に踊ったり、自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、交流や発表の仕方、課題解決の方法、体力の高め方などを理解するとともに、それぞれ特有の表現や踊りを身に付けて交流や発表をすることができるようにする。 ア 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、対極の動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊ることができるようにする。 イ フォークダンスでは、日本の民謡や外国の踊りから、それらの踊り方の特徴を強調して、音楽に合わせて多様なステップや動きと組み方で仲間と対応して踊ることができるようにする。 ウ 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ることができるようにする。 (2) 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ができるようにする。 (3) ダンスに主体的に取り組むとともに、互いに共感し高め合おうとすること、合意形成に貢献しようとし、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとし、健康・安全を確保することができるようにする。 ◎1期（上記から種目選択）	出席状況 服装 授業態度 運動の技能	男女 共修
2 学期	28時間	◎2期（上記から種目選択） ◎3期（上記から種目選択）	出席状況 服装 授業態度 運動の技能	
3 学期	20時間	◎4期（上記から種目選択） ◎体育理論 ・スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について理解する。	出席状況 服装 授業態度 運動の技能	

担当者から（授業で努力してほしいこと、守ってほしいこと等）

- ・体育は実技科目です、高校生として最低限必要な運動量を確保するために週2時間が確保されています。運動の必要性をよく認識し、将来の健康維持向上のために、自ら進んで体を動かし積極的に授業に臨んで下さい。
- ・運動するにふさわしい服装でルールやマナーを守り、思いやりを持って授業に臨んで下さい。
- ・※上履き、体育館履きの区別を徹底し、外履きに運動靴も用意しておいてください。
- ・定時制には年代も経験も様々な人がいます。どんな人とも協力して、安全に運動が出来るようにしましょう！