

高等学校 令和8年度（2学年用） 教科 保健体育 科目 体育

单位数： 2 单位

使用教科書：（ ）

【学びに向かう力、人間性等】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。

【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】
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、運動の多様性及び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者に伝える力を養う。	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、一人一人の逞しさ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
	体づくり運動 【知識及び技能】 運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活に役立てられるようにする。 【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自己や仲間の課題を発見し、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。 【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、健康・安全を確保することができるようにする。	・オリエンテーション ・体づくり運動	【知識・技能】 各種目の基本的な動きや個人技を身に付けることができる。 【思考・判断・表現】 各種目の基本的な動きや個人技について思考・判断し、自らの考えを他者に表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 意欲的に授業に取り組み、健康と安全を確保しながら他者と協力して活動することができる。	○	○	○	7
	球技 【知識及び技能】 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、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できるようにする。 【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チームや自己の課題を発見し、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。 【学びに向かう力、人間性等】 球技に主体的に取り組むとともに、健康・安全を確保できるようにする。	男子 ・バレーボール ・バドミントン 女子 ・卓球 ・ハンドボール	【知識・技能】 各種目の基本的な動きや個人技を身に付けることができる。 【思考・判断・表現】 各種目の基本的な動きや個人技について思考・判断し、自らの考えを他者に表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 意欲的に授業に取り組み、他者と協力して活動することができる。	○	○	○	6
		・スポーツテスト	【主体的に学習に取り組む態度】 他者と協力しながら積極的に活動することができる。			○	3
1 学期	球技 【知識及び技能】 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、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できるようにする。 【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チームや自己の課題を発見し、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。 【学びに向かう力、人間性等】 球技に主体的に取り組むとともに、健康・安全を確保できるようにする。	男子 ・バレーボール ・バドミントン 女子 ・卓球 ・ハンドボール	【知識・技能】 学習した動きを実践的な活動に繋げることができる。 【思考・判断・表現】 学習した動きを実践的な活動に繋げるための方法を思考・判断し、他者に表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 他者と協力し、試合などでは公正に取り組むことができる。	○	○	○	10

水泳 【知識及び技能】 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、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐことができるようにする。 【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自己や仲間の課題を発見し、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。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に主体的に取り組むとともに、健康・安全を確保することができるようにする。	・クロール ・平泳ぎ	【知識・技能】 安全に留意して運動の楽しさや喜びを味わう方法を身に付けることができる。 【思考、判断、表現】 生涯にわたって運動を継続することを思考・判断して活動し、自らの考えを表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康・安全を確保して積極的に活動に参加することができる。	○	○	○	4
体育理論 【知識】 スポーツの発展は、人々に文化的、社会的、経済的な恩恵をもたらしていること、一方、スポーツへの社会の関心や期待が高まることで課題も生じることについて理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組むことができるようにする。	・スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展	【知識】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解している。 【思考・判断・表現】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
水泳 【知識及び技能】 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、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐことができるようにする。 【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自己や仲間の課題を発見し、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。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に主体的に取り組むとともに、健康・安全を確保することができるようにする。	・クロール ・背泳ぎ	【知識・技能】 生涯にわたって運動を継続できるための基本的な動きを身に付けることができる。 【思考、判断、表現】 生涯にわたって運動を継続することを思考・判断して活動し、自らの考えを表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康・安全を確保して積極的に活動に参加することができる。	○	○	○	10

