年間授業計画　新様式例

高等学校 令和7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

教科担当者：１年１組

使用教科書：（ 高等学校保健体育Textbook　第一学習社 ）

教科　保健体育　　の目標：

【知識・技能】	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・判断・表現】	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。
【主体的に学習に取り組む態度】	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・技能】	【思考・判断・表現】	【主体的に学習に取り組む態度】
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つけるようにする。	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	A 「体つくり運動」 【知識・技能】 ○各種目において、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ○各種目において、ゲームやルール、審判の仕方などを理解している。全員で楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ○各種目で実施される技能テストに向けて、自己や集団の課題解決に向けて練習し、技能を発揮することができる。 【思考・判断・表現】 ○体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに各種目を楽しむための調整の仕方を見つけている。 ○各種目の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ○各種目において、学習に主体的に取り組もうとしている。 ○仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ○一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。	・オリエンテーション ・ストレッチ運動 ・のびのびとした動作で用具などを用いた運動 ・緊張したり、緊張を解いて脱力したりする運動。 ・なわとび運動	A 単元 「体つくり運動」 【知識・技能】 ○各種目において、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ○各種目において、ゲームやルール、審判の仕方などを理解している。全員で楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ○各種目で実施される技能テストに向けて、自己や集団の課題解決に向けて練習し、技能を発揮することができる。 【思考・判断・表現】 ○体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに各種目を楽しむための調整の仕方を見つけている。 ○各種目の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ○各種目において、学習に主体的に取り組もうとしている。 ○仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ○一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。	○	○	○	5
	B 「陸上競技」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・短距離走 ・投てき	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	C 「バドミントン」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能 ・シングルスのルール ・シングルスのゲーム	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	12
2学期	D 「テニス」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能 ・ダブルスのルール ・ダブルスのゲーム	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	E 「卓球」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・短距離走 ・投てき	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	F 「バレーボール」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能（オーバーハンドパス・アンダーハンドパス・サービス） ・ゲームのルール	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
3学期	G 「バスケットボール」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能（パス・ドリブル・シュート） ・ゲームのルール	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	H 「体育理論」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【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	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3

年間授業計画　新様式例

高等学校 令和7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

教科担当者：2年１組

使用教科書：（ 高等学校保健体育Textbook　第一学習社 ）

教科　保健体育　　の目標：

【 知　識　・　技　能 】　個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。

【思考・判断・表現】　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、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。

【主体的に学習に取り組む態度】　生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

科目　保健　　の目標：

【知識・技能】	【思考・判断・表現】	【主体的に学習に取り組む態度】
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めているとともに、技能を身につけている。	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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。

	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	A 「生涯を通じる健康」 【知識・技能】 現代社会と健康について理解を深めているとともに、技能を身につけている。 【思考・判断・表現】 現代社会と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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。	「生涯を通じる健康」 （ア）思春期と健康 （イ）性への関心・欲求と性行動 （ウ）妊娠・出産と健康	指導項目は、以下の内容とする。 （ア）思春期と健康 （イ）性への関心・欲求と性行動 （ウ）妊娠・出産と健康 （エ）避妊方法と人工妊娠中絶 （オ）結婚生活と健康 （カ）中高年期と健康 【知識・技能】 ・指導項目の内容について、言ったり書きだしたりしている。 ・指導項目の内容について、学習した具体例をあげることができる。 【思考・判断・表現】 ・指導項目の内容について、自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断している。 ・指導項目の内容について、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・指導項目の内容について、自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指そうとしている。	○	○	○	5
		「生涯を通じる健康」 （エ）避妊方法と人工妊娠中絶 （オ）結婚生活と健康		○	○	○	5
		「生涯を通じる健康」 （カ）中高年期と健康		○	○	○	3
	定期考査			○	○	○	1
2学期	A 「社会生活と健康」 【知識・技能】 現代社会と健康について理解を深めているとともに、技能を身につけている。 【思考・判断・表現】 現代社会と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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。	「生涯を通じる健康」 （キ）医薬品とその利用 （ク）医療サービスとその活用 （ケ）保健サービスとその活用 （コ）さまざまな保健活動や対策	指導項目は、以下の内容とする。 （キ）医薬品とその利用 （ク）医療サービスとその活用 （ケ）保健サービスとその活用 （コ）さまざまな保健活動や対策 （サ）大気汚染と健康 （シ）水質汚濁・土俵汚染と健康 （ス）環境汚染を防ぐ取り組み 【知識・技能】 ・指導項目の内容について、言ったり書きだしたりしている。 ・指導項目の内容について、学習した具体例をあげることができる。 【思考・判断・表現】 ・指導項目の内容について、自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断している。 ・指導項目の内容について、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	7
		「生涯を通じる健康」 （サ）大気汚染と健康 （シ）水質汚濁・土俵汚染と健康 （ス）環境汚染を防ぐ取り組み		○	○	○	6
	定期考査			○	○	○	1
3学期	B 「運動・スポーツ文化的特徴」 【知識・技能】 安全な社会生活について理解を深めているとともに、技能を身につけている。 【思考・判断・表現】 安全な社会生活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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。	「生涯を通じる健康」 （セ）ごみの処理と上下水道の整備 （ソ）食品の安全を守る活動 （タ）働くことと健康	指導項目は、以下の内容とする。 （セ）ごみの処理と上下水道の整備 （ソ）食品の安全を守る活動 （タ）働くことと健康 【知識・技能】 ・指導項目の内容について、言ったり書きだしたりしている。 ・指導項目の内容について、学習した具体例をあげることができる。 【思考・判断・表現】 ・指導項目の内容について、自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断している。 ・指導項目の内容について、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・指導項目の内容について、自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指そうとしている。	○	○	○	5
		運動・スポーツの文化的特徴		○	○	○	2
							合計
							35

年間授業計画　新様式例

高等学校 令和7年度（１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　１学年

教科担当者：１年１組

使用教科書：（ 高等学校保健体育Textbook　第一学習社 ）

教科　保健体育　　の目標：

【 知　識　・　技　能 】　個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。

【思考・判断・表現】　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、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。

【主体的に学習に取り組む態度】　生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

科目　保健　　の目標：

【知識・技能】	【思考・判断・表現】	【主体的に学習に取り組む態度】
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めているとともに、技能を身につけている。	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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。

	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	A 「現代社会と健康」 【知識・技能】 現代社会と健康について理解を深めているとともに、技能を身につけている。 【思考・判断・表現】 現代社会と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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。	「現代社会と健康」 （ア）健康の考え方	指導項目は、以下の内容とする。 （ア）健康の考え方 （イ）現代の感染症とその予防 （ウ）生活習慣病などの予防と回復 【知識・技能】 ・指導項目の内容について、言ったり書きだしたりしている。 ・指導項目の内容について、学習した具体例をあげることができる。 【思考・判断・表現】 ・指導項目の内容について、自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断している。 ・指導項目の内容について、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・指導項目の内容について、自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指そうとしている。	○	○	○	4
		「現代社会と健康」 （イ）現代の感染症とその予防		○	○	○	5
		「現代社会と健康」 （ウ）生活習慣病などの予防と回復		○	○	○	4
	定期考査			○	○	○	1
2学期	A 「現代社会と健康」 【知識・技能】 現代社会と健康について理解を深めているとともに、技能を身につけている。 【思考・判断・表現】 現代社会と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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。	「現代社会と健康」 （エ）喫煙、飲酒、薬物乱用と健康	指導項目は、以下の内容とする。 （エ）喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 （オ）精神疾患の予防と回復 【知識・技能】 ・指導項目の内容について、言ったり書きだしたりしている。 ・指導項目の内容について、学習した具体例をあげることができる。 【思考・判断・表現】 ・指導項目の内容について、自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断している。 ・指導項目の内容について、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・指導項目の内容について、自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指そうとしている。	○	○	○	7
		「現代社会と健康」 （オ）精神疾患の予防と回復		○	○	○	4
	定期考査			○	○	○	
3学期	B 「安全な社会生活」 【知識・技能】 安全な社会生活について理解を深めているとともに、技能を身につけている。 【思考・判断・表現】 安全な社会生活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しているとともに、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある生活を営むための学習に主体的に取り組もうとしている。	「安全な社会生活」 （ア）安全な社会づくり	指導項目は、以下の内容とする。 （ア）安全な社会づくり （イ）応急手当 【知識・技能】 ・指導項目の内容について、言ったり書きだしたりしている。 ・指導項目の内容について、学習した具体例をあげることができる。 【思考・判断・表現】 ・指導項目の内容について、自他や社会の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断している。 ・指導項目の内容について、目的や状況に応じて他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・学習に主体的に取り組もうとしている。 ・指導項目の内容について、自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指そうとしている。	○	○	○	5
		「安全な社会生活」 （イ）応急手当		○	○	○	5
							合計 35

年間授業計画　新様式例

高等学校 令和7年度（4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　4 学年

教科担当者：4年1組

使用教科書：（ 高等学校保健体育Textbook　第一学習社 ）

教科　保健体育　　の目標：

【知識・技能】　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・判断・表現】　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。

【主体的に学習に取り組む態度】　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・技能】	【思考・判断・表現】	【主体的に学習に取り組む態度】
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つけるようにする。	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	A 「体つくり運動」 【知識及び運動】 体つくり運動について、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、体つくり運動の行い方、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。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 体つ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すること、合意形成に貢献しよ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。	・オリエンテーション ・ストレッチ運動 ・のびのびとした動作で用具などを用いた運動 ・緊張したり、緊張を解いて脱力したりする運動。 ・なわとび運動	【知識及び運動】 ・体つくり運動では、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて、学習した具体例を挙げている。 ・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。 【思考・判断・表現】 ・生活様式や体力の程度を踏まえ、自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。 ・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体つくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・体つくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	7
	C「陸上競技」 【知識・技能】 短距離走では、中間走の高いスピードを維持して速く走ることができるようにする。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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すること，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。	・短距離走 ・投てき	【知識・技能】 ・陸上競技では，各種目の局面ごとに技術の名称があり，それぞれの技術には，記録の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的な練習の仕方があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・高いスピードを維持して走る中間走では，体の真下近くに足を接地したり，キックした足を素早く前に運んだりするなどの動きで走ることができる。 【思考・判断・表現】 ・選択した運動種目について，自己や仲間の動きを分析して良い点や修正点を指摘している。 ・体力や技能の程度，性別等の違いを超えて仲間とともに陸上競技を楽しむための調整の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・陸上競技の学習に主体的に取り組もうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	10
	E 「バドミントン」 【知識・技能】 ネット型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で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。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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すること，合意形成に貢献しようとすること，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こと，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。	・基本的な技能 ・シングルスのルール ・シングルスのゲーム	【知識・技能】 ・球技では，各型の各種目の局面ごとに技術や戦術，作戦の名称があり，それぞれの技術，戦術，作戦には，攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的，計画的な練習の方法があることについて学習した具体例を挙げている。 ・サービスでは，ボールに変化をつけて打つことができる。 ・ボールを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 【思考・判断・表現】 ・練習やゲームを行う場面で，チームや自己の活動を振り返り，よりよいマナーや行為について提案している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・球技の学習に主体的に取り組んでいる。 ・フェアなプレイを大切にしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど，健康・安全を確保している。	○	○	○	10

2学期	E「テニス」 ※E「バドミントン」と同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能 ・ダブルスのルール ・ダブルスのゲーム	※E「バドミントン」と同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	E「卓球」 ※E「バドミントン」と同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能 ・シングルスのルール ・シングルスのゲーム	※E「バドミントン」と同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	7
	E「バレーボール」 ※E「バドミントン」と同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能（オーバーハンドパス・アンダーハンドパス・サービス） ・ゲームのルール	【知識・技能】 ・球技では，各型の各種目の局面ごとに技術や戦術，作戦の名称があり，それぞれの技術，戦術，作戦には，攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的，計画的な練習の方法があることについて学習した具体例を挙げている。 ・ボールをコントロールして，ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 ・チームの作戦に応じた守備位置から，拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 ※以下、E「バドミントン」と同様の内容 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
3学期	E「バスケットボール」 ※E「バドミントン」と同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能（パス・ドリブル・シュート） ・ゲームのルール	【知識・技能】 ・球技では，各型の各種目の局面ごとに技術や戦術，作戦の名称があり，それぞれの技術，戦術，作戦には，攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的，計画的な練習の方法があることについて学習した具体例を挙げている。 ・防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶことができる。 ・味方が作り出した空間にパスを送ることができる。 ※以下、E「バドミントン」と同様の内容 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	H「体育理論」 【知識】 豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解することができるようにする。 【思考・判断・表現】 豊かなスポーツライフの設計の仕方について，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。 【主体的に学習に取り組む態度】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に主体的に取り組むことができるようにする。	豊かなスポーツライフの設計の仕方	【知識】 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、学習した具体例を挙げている。 【思考・判断・表現】 ・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について，自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し，自己や社会についての課題を発見している。 ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会について，これまで学習したことを基に，将来の自己のスポーツ設計や未来の社会についての自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に，主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	6

年間授業計画　新様式例

高等学校 令和7年度（3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

教科担当者：3年１組

使用教科書：（ 高等学校保健体育Textbook　第一学習社 ）

教科　保健体育　　の目標：

【 知　識　・　技　能 】	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・判断・表現】	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。
【主体的に学習に取り組む態度】	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・技能】	【思考・判断・表現】	【主体的に学習に取り組む態度】
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つけるようにする。	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	A 「体つくり運動」 【知識・技能】 ○各種目において、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ○各種目において、ゲームやルール、審判の仕方などを理解している。全員で楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ○各種目で実施される技能テストに向けて、自己や集団の課題解決に向けて練習し、技能を発揮することができる。 【思考・判断・表現】 ○体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに各種目を楽しむための調整の仕方を見つけている。 ○各種目の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ○各種目において、学習に主体的に取り組もうとしている。 ○仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ○一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。	・オリエンテーション ・ストレッチ運動 ・のびのびとした動作で用具などを用いた運動 ・緊張したり、緊張を解いて脱力したりする運動。 ・なわとび運動	A 単元 「体つくり運動」 【知識・技能】 ○各種目において、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ○各種目において、ゲームやルール、審判の仕方などを理解している。全員で楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ○各種目で実施される技能テストに向けて、自己や集団の課題解決に向けて練習し、技能を発揮することができる。 【思考・判断・表現】 ○体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに各種目を楽しむための調整の仕方を見つけている。 ○各種目の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ○各種目において、学習に主体的に取り組もうとしている。 ○仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ○一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。	○	○	○	5
	B 「陸上競技」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・短距離走 ・投てき	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	C 「バドミントン」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能 ・シングルスのルール ・シングルスのゲーム	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	12
2学期	D 「テニス」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能 ・ダブルスのルール ・ダブルスのゲーム	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	E 「卓球」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・短距離走 ・投てき	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	F 「バレーボール」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能（オーバーハンドパス・アンダーハンドパス・サービス） ・ゲームのルール	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
3学期	G 「バスケットボール」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能（パス・ドリブル・シュート） ・ゲームのルール	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	H 「体育理論」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【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	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3

年間授業計画　新様式例

高等学校 令和7年度（2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　2 学年

教科担当者：2年１組

使用教科書：（ 高等学校保健体育Textbook　第一学習社 ）

教科　保健体育　　の目標：

【 知　識　・　技　能 】	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・判断・表現】	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。
【主体的に学習に取り組む態度】	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・技能】	【思考・判断・表現】	【主体的に学習に取り組む態度】
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つけるようにする。	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	A 「体つくり運動」 【知識・技能】 ○各種目において、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ○各種目において、ゲームやルール、審判の仕方などを理解している。全員で楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ○各種目で実施される技能テストに向けて、自己や集団の課題解決に向けて練習し、技能を発揮することができる。 【思考・判断・表現】 ○体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに各種目を楽しむための調整の仕方を見つけている。 ○各種目の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ○各種目において、学習に主体的に取り組もうとしている。 ○仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ○一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。	・オリエンテーション ・ストレッチ運動 ・のびのびとした動作で用具などを用いた運動 ・緊張したり、緊張を解いて脱力したりする運動。 ・なわとび運動	A 単元 「体つくり運動」 【知識・技能】 ○各種目において、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ○各種目において、ゲームやルール、審判の仕方などを理解している。全員で楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ○各種目で実施される技能テストに向けて、自己や集団の課題解決に向けて練習し、技能を発揮することができる。 【思考・判断・表現】 ○体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに各種目を楽しむための調整の仕方を見つけている。 ○各種目の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ○各種目において、学習に主体的に取り組もうとしている。 ○仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ○一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。	○	○	○	5
	B 「陸上競技」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・短距離走	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	C 「バドミントン」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能 ・シングルスのルール ・シングルスのゲーム	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	12
2学期	D 「テニス」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能 ・ダブルスのルール ・ダブルスのゲーム	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	E 「卓球」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・短距離走 ・投てき	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	F 「バレーボール」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能（オーバーハンドパス・アンダーハンドパス・サービス） ・ゲームのルール	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
3学期	G 「バスケットボール」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	・基本的な技能（パス・ドリブル・シュート） ・ゲームのルール	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	10
	H 「体育理論」 ※以下、Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【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	※Aと同様の内容 【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3