年間授業計画　様式例

高等学校　令和8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～　F　組

教科担当者：

使用教科書：（　新　高等保健体育　　）

教科　保健体育　　の目標：

【知　識　及　び　技　能】生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てる。

【思考力、判断力、表現力等】健康の保持増進のための実践力の育成。

【学びに向かう力、人間性等】体力の向上を図り，明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

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】
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ついて理解するとともに，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カを養う。	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】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。 【思】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。 【態】体つ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こと，話合い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。	A 体つくり運動 オリエンテーション 体つくり 新体力テスト 体育祭練習 教材 学習カード CYOD端末の活用など	A 体つくり運動 【知】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もうとしている。 【思】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ている。 【態】体つ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こと，話合いに貢献しようとすることなどや，健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	16
	B　水泳 【知】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，効率的に泳ぐこと。 【思】泳法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。 【態】水泳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すること，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，水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保すること。	B　水泳 クロール 平泳ぎ 教材 学習カード CYOD端末の活用など	B　水泳 【知】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，効率的に泳ぐことができる。 【思】泳法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力を身に付けようとしている。 【態】水泳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すること，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，水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	18
2学期	A　球技（ゴール型） 【知】サッカーにおける安定したボール操作と空間を作りだ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。 【思】サッカーにおける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。 【態】サッカー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こと，作戦などについての話合い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，互いに助け合い教え合おうとすることなどや，健康・安全を確保すること。	A　球技（ゴール型） サッカー 教材 学習カード CYOD端末の活用など	A　球技（ゴール型） 【知】サッカーにおける安定したボール操作と空間を作りだ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。 【思】サッカーにおける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ようとしている。 【態】サッカー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こと，作戦などについての話合い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，互いに助け合い教え合おうとすることなどや，健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	12
	B　球技（ネット型） 【知】バレーボールでの役割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いた場所をめぐる攻防をすること。 【思】バレーボールにおける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。 【態】バレーボール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こと，作戦などについての話合い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，互いに助け合い教え合おうとすることなどや，健康・安全を確保すること。	B　球技（ネット型） バレーボール 教材 学習カード CYOD端末の活用など	B　球技（ネット型） 【知】バレーボールでの役割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いた場所をめぐる攻防をすることができる。 【思】バレーボールにおける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ようとしている。 【態】バレーボール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こと，作戦などについての話合い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，互いに助け合い教え合おうとすることなどや，健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	13
3学期	A　陸上競技（持久走） 【知】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，長距離特有の技能を身に付けること。 ・自己に適したペースを維持して走ること。 【思】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。 【態】陸上競技（長距離）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すること，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。	A　陸上競技（長距離走） 1500m走 20分間走 ペース走 インターバル走 教材 学習カード CYOD端末の活用など	A　陸上競技（持久走） 【知】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，長距離特有の技能を身に付けている。 ・自己に適したペースを維持して走ることができる。 【思】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ようとしている。 【態】陸上競技（長距離）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すること，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・安全を確保しようとしている。	○	○	○	19 合計 78