

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 1組～ 5組

教科担当者：（1組：工藤、広田）（2組：堀家、工藤）（3組：工藤、堀家）（4組：堀家、大坪）（5組：広田）

使用教科書：（ステップアップ高校スポーツ2022（大修館））

教科 保健体育 の目標：

- 【知識及び技能】 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。
- 【思考力、判断力、表現力等】 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】 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】
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。	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 オリエンテーション 体づくり運動 ・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、実生活に役立てることができるようにする。	・ラジオ体操第一 ・体カテスト など ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・運動】 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している。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに助け合い教え合い、話合いに貢献しようとしている。健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	4
	B 陸上 ・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、「各種目特有の技能を身に付ける」ことなどができるようにする。	・50m走 ・100m走 ・走り幅跳び など ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 短距離走では、中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることができる。走り幅跳びでは、スピードに乗った助走から力強く踏み切って跳ぶことができる。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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ができる。健康・安全を確保できる。	○	○	○	10
	F 剣道 ・勝敗を競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、「得意技などを用いた攻防を展開することができるようにする」ことができるようにする。	・素振り ・打ち込み 面、小手、胴 ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 基本動作や技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防をすることができる。 【思考・判断・表現】 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方大切にしようとする、自己の責任を果たそうとすること、健康・安全を確保することができる。	○	○	○	6
	C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	2
2 学 期	D 水泳 ・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、「自己に適した泳法を身に付け、その効率を高めて泳ぐ」ことができるようにする。	・クロール ・平泳ぎ ・10分間泳 ・グループ学習 ・学習カードの活用	【知識・技能】 クロールと平泳ぎでは手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く、速く泳ぐことができる。 【思考・判断・表現】 泳法などの自己や仲間の課題を発見し、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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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、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ができる。	○	○	○	10
	E バレーボール ・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する」ことができるようにする。	・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サーブ ・三段攻撃 ・ゲーム ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じたボールや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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話合いに貢献しようとする、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ができる。	○	○	○	10
	A 体づくり運動 ・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、実生活に役立てることができるようにする。	・体育祭練習 ・グループ学習 ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・運動】 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している。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに助け合い教え合い、話合いに貢献しようとしている。健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	6
	C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	2

3 学 期	G 持久走 ・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、「各種目特有の技能を身に付ける」ことなどができるようにする。	・時間走 ・1500m走 ・4000m走 ・ロードレース大会 ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり、競走したりできる。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。	○	○	○	10
	H バドミントン ・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する」ことができるようにする。	・ハイクリアー ・ドロップ ・スマッシュ ・ヘアピン ・ゲーム ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じ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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話し合いに貢献しようとするなど、互いに助け合い教え合おうとするなどや、健康・安全を確保することができる。	○	○	○	8
	C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	2
						合計	70

年間授業計画 様式例

高等学校 令和8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 1組～5組  
 教科担当者：（1組：広田、大坪）（2組：工藤、広田）（3組：広田、工藤）（4組：堀家、広田）（5組：大坪）  
 使用教科書：（ステップアップ高校スポーツ2022（大修館））

教科 保健体育 の目標：  
 【知識及び技能】 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。  
 【思考力、判断力、表現力等】 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】 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】
	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。	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 オリエンテーション 体づくり運動 ・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、実生活に役立てることができるようにする。	・ラジオ体操第一 ・体力テスト など ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・運動】 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している。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに助け合い教え合い、話合いに貢献しようとしている。健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	4
	B 陸上 ・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、「各種目特有の技能を身に付ける」ことなどができるようにする	・50m走 ・100m走 ・三段跳び など ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 短距離走では、中間走へのつなぎを滑らかにして速く走ることができる。三段跳びでは、スピードに乗った助走から力強く踏み切ってリズムよく跳ぶことができる。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。健康・安全を確保できる。	○	○	○	10
	F 剣道 ・勝敗を競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、「得意技などを用いた攻防を展開することができるようにする」ことができるようにする。	・素振り ・打ち込み 面、小手、胴 ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 基本動作や技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防をすることができる。 【思考・判断・表現】 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方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、健康・安全を確保することができる。	○	○	○	6
	C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	2
2 学 期	D 水泳 ・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、「自己に適した泳法を身に付け、その効率を高めて泳ぐ」ことができるようにする	・クロール ・平泳ぎ ・10分間泳 ・グループ学習 ・学習カードの活用	【知識・技能】 クロールと平泳ぎでは手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く、速く泳ぐことができる。 【思考・判断・表現】 泳法などの自己や仲間の課題を発見し、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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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、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ができる。	○	○	○	10
	E バレーボール ・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する」ことができるようにする。	・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サーブ ・三段攻撃 ・ゲーム ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じたボールや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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話合いに貢献しようとする。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ができる。	○	○	○	10
	A 体づくり運動 ・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、実生活に役立てることができるようにする。	・体育祭練習 ・グループ学習 ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・運動】 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している。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに助け合い教え合い、話合いに貢献しようとしている。健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	6
	C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	2

3 学 期	G 持久走 ・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、「各種目特有の技能を身に付ける」ことなどができるようにする	・時間走 ・1500m走 ・4000m走 ・ロードレース大会 ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 自己に適したペースを維持して、一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり、競走したりできる。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。	○	○	○	10
	H バドミントン ・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する」ことができるようにする。	・ハイクリアー ・ドロップ ・スマッシュ ・ヘアピン ・ゲーム ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じ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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話合いに貢献しようとするなど、互いに助け合い教え合おうとするなどや、健康・安全を確保することができる。	○	○	○	8
	C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	2
						合計	70

高等学校 令和8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：3 単位  
 対象学年組：第3学年 1組～5組  
 教科担当者：（1組：堀家）（2組：広田）（3組：工藤）（4組：大坪）（5組：大坪）  
 使用教科書：（ステップアップ高校スポーツ2022（大修館））

教科 保健体育 の目標：  
 【知識及び技能】 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。  
 【思考力、判断力、表現力等】 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】 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】
	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。	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 オリエンテーション 体づくり運動 ・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、実生活に役立てることができるようにする。	・ラジオ体操第一 ・体力テスト など ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・運動】 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している。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに助け合い教え合い、話合いに貢献しようとしている。健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	4
	E バスケットボール ・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する」ことができるようにする。	・ボール扱い（ドリブル） ・フリースロー ・レイアップシュート ・ゲーム など ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じたボールや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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話合いに貢献しようとする、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ができる。	○	○	○	10
	E アルティメット ・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する」ことができるようにする。	・バックハンドパス ・フォアハンドパス ・対人パス ・ゲーム など ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じたボールや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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話合いに貢献しようとする、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ができる。	○	○	○	6
	D 水泳 ・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、「自己に適した泳法を身に付け、その効率を高めて泳ぐ」ことができるようにする	・背泳ぎ ・バタフライ ・10分間泳 ・グループ学習 ・学習カードの活用	【知識・技能】 背泳ぎとバタフライでは手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く、速く泳ぐことができる。 【思考・判断・表現】 泳法などの自己や仲間の課題を発見し、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。 【主体的に学習に取り組む態度】 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、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ができる。	○	○	○	10
	C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	3

2 学 期	E ソフトボール ・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する」ことができるようにする。	・キャッチボール ・トスバッティング ・ルール説明 ・ノック ・ゲーム ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じたボールや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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話し合いに貢献しようとする、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ができる。	○	○	○	10
	E バドミントン ・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する」ことができるようにする。	・ハイクリアー ・ドロップ ・スマッシュ ・ヘアピン ・ゲーム ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じ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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話し合いに貢献しようとする、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ができる。	○	○	○	10
	E サッカー ・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する」ことができるようにする。	・インサイドパス ・インステップシュート ・対人パス ・とりかご ・ゲーム ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じたボールや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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話し合いに貢献しようとする、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ができる。	○	○	○	10
	A 体づくり運動 ・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、実生活に役立てることができるようにする。	・体育祭練習 ・グループ学習 ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・運動】 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している。 【思考・判断・表現】 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。 【主体的に学習に取り組む態度】 互いに助け合い教え合い、話し合いに貢献しようとしている。健康・安全を確保しようとしている。	○	○	○	6
	F 剣道 ・勝敗を競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、「得意技などを用いた攻防を展開することができるようにする」ことができるようにする。	・素振り ・打ち込み 面、小手、胴 ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 基本動作や技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの攻防をすることができる。 【思考・判断・表現】 攻防などの自己や仲間の課題を発見し、自己の考えたことを他者に伝えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方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、健康・安全を確保することができる。	○	○	○	4
	C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	2
E バレーボール ・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する」ことができるようにする。	・オーバーハンドパス ・アンダーハンドパス ・サーブ ・三段攻撃 ・ゲーム ・学習カードの活用 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 役割に応じたボールや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。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアプレイを大切にすること、作戦についての話し合いに貢献しようとする、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ができる。	○	○	○	10	
C 体育理論 ・スポーツから得られる恩恵とスポーツについての課題の双方から、多角的に思考し判断し表現する学習を通して、個人がスポーツ文化を創造する主体となっていることに気付くことができるようにする。	・教材 ・一人1台端末の活用	【知識・技能】 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、他者に伝えることができる。 【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自主的に取り組んでいる。	○		○	2	
合計							
87							







