

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： 科 目： 体 育

対象学年組：第 2 学年 1 組～ 5 組 男子

単位数： 3 単位 3

使用教科書：（ 大修館 現代高等保健体育改訂版 ）

教科 保健体育 の目標： 計画的・合理的に運動を行い、個々の課題を解決しながら他者と協力し、生涯を通じて運動に親しみ、個人及び社会生活の中での健康安全を理解する

【知 識 及 び 技 能】運動の合理性・計画性を理解し、必要な技能を身に付け、健康・安全面にも理解を高める

【思考力、判断力、表現力等】課題を解決し仲間と運動に取り組みコミュニケーション能力を高め、社会生活における健康課題発見する

【学びに向かう力、人間性等】運動の合理性・計画性を理解し、必要な技能を身に付け、健康・安全面にも理解を高める

科目 体育 の目標： 体力の維持増進を図り、個人の運動課題に基づく技能を習得し、継続的に生涯に渡り運動を楽しむ資質を身に付ける

| 【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・計画的な実践を理解する<br>個々の運動課題を解決する力を身に付ける<br>目的に応じた技能を身に付け安全・健康についても理解する<br>課題を解決し、問題点解決策を調べ実行する | 段取りを組んで仲間と運動に取り組む<br>運動を工夫しながら、他人の話をよく聞き、自分の意見も伝えながらコミュニケーション能力の向上を図り、様々な変化へ対応する力を身に付ける | 運動の合理性・計画性を理解する<br>必要な技能を身に付け、主体的に運動に取り組む<br>生涯に渡り運動に親しむ能力を高める |

|             | 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<br>時数  |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|-----------|
| 1<br>学<br>期 | 集団行動・体づくり運動<br>【知識及び技能】<br>一緒に社会をつくる力を身に付ける<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>課題を解決する力を身に付ける<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>課題を見つめる力を身に付ける        | ・指導事項<br>整列・準備運動、補強運動、体づくり運動、体ほぐし運動<br>・教材<br>大修館現代高等保健体育改訂版<br>・一人1 台端末の活用 | 【知識・技能】<br>人の意見に耳を傾けているか<br>【思考・判断・表現】<br>課題をきちんと把握しているか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>解決すべき課題を設定しているか      | ○ | ○ | ○ | 7         |
|             | バドミントン、バレー、テニス<br>【知識及び技能】<br>個々の運動課題を解決する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>運動を工夫して実践する<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>主体的に運動に取り組む               | ・指導事項<br>ラリー、サーブ、シュート<br>・教材<br>大修館現代高等保健体育改訂版<br>・一人1 台端末の活用               | 【知識・技能】<br>課題を把握しているか<br>【思考・判断・表現】<br>仲間とともに工夫しているか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>能動的に行動しているか              | ○ | ○ | ○ | 12        |
|             | 定期考査                                                                                                                       |                                                                             |                                                                                                     |   |   |   |           |
|             | バドミントン、バレー、テニス<br>【知識及び技能】<br>技能を身に付け安全に留意する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>コミュニケーション能力の向上<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>運動の合理性・計画性を理解する      | ・指導事項<br>ラリー、サーブ、シュート<br>・教材<br>大修館現代高等保健体育改訂版<br>・一人1 台端末の活用               | 【知識・技能】<br>安全に留意し他者理解をしているか<br>【思考・判断・表現】<br>話を聞いたうえで実践できいるか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>問題点を解決しようとしているか  | ○ | ○ | ○ | 10        |
|             | 水泳<br>【知識及び技能】<br>技能を身に付け安全に留意する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>コミュニケーション能力の向上<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>運動の合理性・計画性を理解する                  | ・指導事項<br>平泳ぎの基礎・応用、礼儀作法、基本的竹刀使用方法<br>・教材<br>大修館現代高等保健体育改訂版<br>・一人1 台端末の活用   | 【知識・技能】<br>安全に留意し他者理解をしているか<br>【思考・判断・表現】<br>話を聞いたうえで実践できいるか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>問題点を解決しようとしているか  | ○ | ○ | ○ | 12        |
|             | 定期考査                                                                                                                       |                                                                             |                                                                                                     |   |   |   |           |
| 2<br>学<br>期 | 水泳<br>【知識及び技能】<br>技能を身に付け安全に留意する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>コミュニケーション能力の向上<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>運動の合理性・計画性を理解する                  | ・指導事項<br>平泳ぎの基礎、計画的な運動方法<br>・教材<br>大修館現代高等保健体育改訂版<br>・一人1 台端末の活用            | 【知識・技能】<br>安全に留意し他者理解をしているか<br>【思考・判断・表現】<br>話を聞いたうえで実践できいるか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>問題点を解決しようとしているか  | ○ | ○ | ○ | 17        |
|             | バスケットボール、サッカー、ソフトボール<br>【知識及び技能】<br>目的に応じた技能を身に付ける<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>段取りを組んで運動の取り組む<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>主体的に運動に親しむ     | ・指導事項<br>パス、シュート、 、シャトル打ち方、ゲーム<br>・教材<br>大修館現代高等保健体育改訂版<br>・一人1 台端末の活用      | 【知識・技能】<br>個々の技能を理解しようとしているか<br>【思考・判断・表現】<br>話を聞いたうえで実践できいるか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>問題点を解決しようとしているか | ○ | ○ | ○ | 23        |
| 3<br>学<br>期 | 持久走<br>【知識及び技能】<br>個々の運動課題を解決する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>運動を工夫して実践し、安全に留意する<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>主体的に運動に取り組む                   | ・指導事項<br>中長距離走、長距離<br>・教材<br>大修館現代高等保健体育改訂版<br>・一人1 台端末の活用                  | 【知識・技能】<br>課題を把握しているか<br>【思考・判断・表現】<br>仲間とともに工夫しているか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>能動的に行動しているか              | ○ | ○ | ○ | 14        |
|             | サッカー・体育理論<br>【知識及び技能】<br>運動の合理的・計画的な実践を理解する<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>コミュニケーションの能力の向上を図る<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>生涯に渡り運動を親しむ能力を高める | ・指導事項<br>パス、シュート、ゲーム、生涯体育に向けた理論<br>・教材<br>大修館現代高等保健体育改訂版<br>・一人1 台端末の活用     | 【知識・技能】<br>個々の技能を理解しようとしているか<br>【思考・判断・表現】<br>話を聞いたうえで実践できいるか<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>問題点を解決しようとしているか | ○ | ○ | ○ | 10        |
|             |                                                                                                                            |                                                                             |                                                                                                     |   |   |   | 合計<br>105 |