

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：3 単位

対象学年組：第 3 学年 1 組～ 9 組

教科担当者：（1, 2, 3 組：中澤, 神田, 目崎, 中溝, 北久保）（4, 5, 6 組：中澤, 神田, 福島, 中溝, 北久保）（7 8 9 組：中澤, 神田, 目崎, 福島, 中溝, 北久保）

使用教科書：（なし）

教科 保健体育 の目標：  
【知識及び技能】保健や体育で得た知識と技能を活用し、生涯にわたり率先、また適切に使うことができるようにする。  
【思考力、判断力、表現力等】社会や健康、自己の課題を発見し、適切に判断・行動ができる思考力等を高める。  
【学びに向かう力、人間性等】自己の体力や健康について課題を見つけ、課題解決に向けて主体的に取り組む。

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】
練習で得た技能を最大限に発揮し、実技の試験に臨むことができる。	実技練習時にポイントを理解し、各自の課題に向け練習に励むことができる。	率先して授業に参加し、安全に配慮して運動に取り組むことができる。

	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	スポーツテスト（反復横とび・立ち幅跳び・長座体前屈・上体起こし・握力）	スポーツテスト（男女）	・各単元において「関心・意欲・態度」や「思考・判断」を評価の観点の一つとする。 ・各単元において出席状況を評価に反映させる。	○	○	○	45
	・基礎練習 ・ゲーム(リーグ戦) ・体力づくり	卓球・トレーニング					
	・基礎練習 ・ゲーム(リーグ戦)	バレー					
	選択した種目のグループごとに、自主的に活動計画をたて全員で協力して練習・ゲーム等の活動を行う。(サッカー、ソフトボール、バレーボール、バドミントン、アルティメット)	種目選択制グループ学習（男女）					
2 学 期	・基礎練習 ・試合（リーグ戦）	バスケットボール	・各単元において「関心・意欲・態度」や「思考・判断」を評価の観点の一つとする。 ・各単元において出席状況を評価に反映させる。	○	○	○	45
	・基礎練習 ・試合	テニス					
	選択した種目のグループごとに、自主的に活動計画をたて全員で協力して練習・ゲーム等の活動を行う。(サッカー、ソフトボール、バレーボール、バドミントン、アルティメット、テニス)	種目選択制グループ学習（男女）					
3 学 期	選択した種目のグループごとに、自主的に活動計画をたて全員で協力して練習・ゲーム等の活動を行う。(サッカー、ソフトボール、バレーボール、バドミントン、アルティメット、テニス)	種目選択制グループ学習（男女）	・各単元において「関心・意欲・態度」や「思考・判断」を評価の観点の一つとする。 ・各単元において出席状況を評価に反映させる。	○	○	○	15
							合計 105