

井草 高等学校 令和7年度（2学年）

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 A組～G組
教科担当者：小林、伊藤、高沼、大黒
使用教科書：現代高等保健体育（大修館）

教科 保健体育の目標：心身共に健全な人間を育成し、体育・スポーツの振興発展に寄与する資質や能力を育てる。
【知識及び技能】具体的な知識と運動の実戦を通して、スポーツライフの継続に向けて、運動やスポーツの価値等を理解する。
【思考力、判断力、表現力等】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、解決に向けて思考、判断する。考えを伝える。
【学びに向かう力、人間性等】公正に取り組み、協力する。自己の責任を果たし、参画する。一人一人の違いを大切にする意欲を育てる。
科目 体育の目標：運動についての理解と合理的な実践を通じて、高度な運動技能を修得できるようにする。

【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】
習得した技術が、実際に身に付いているかを実技テストで評価する。	技術向上にむけて、練習メニューや動き方を調べる。ルールを知ること、その競技の楽しさを知る。個人カードで学習する。	安全に授業を進めることが重要な教科であることを理解し、適切な服装・態度で授業に取り組む。参加することが大前提であり、休まず授業に出席する。

	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	ソフトボール（男子） 【知識及び技能】 基本的な技術を身につける。 練習を活かして試合をする。 【思考力、判断力、表現力等】 ルールを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力してプレーする。	・キャッチボール ・バッティング ・ゲーム	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】 個人カードを記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	17
	テニス（男子） 【知識及び技能】 基本的な技術を身につける。 練習を活かして試合をする。 【思考力、判断力、表現力等】 ルールを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力してプレーする。	・ストローク ・サーブ ・ゲーム	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】 個人カードを記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	
	バスケットボール（女子） 【知識及び技能】 基本的な技術を身につける。 練習を活かして試合をする。 【思考力、判断力、表現力等】 ルールを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力してプレーする。	・パス ・ドリブル ・シュート ・ゲーム	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】 個人カードを記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	
	バドミントン（女子） 【知識及び技能】 基本的な技術を身につける。 練習を活かして試合をする。 【思考力、判断力、表現力等】 ルールを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力してプレーする。	・ショット ・サーブ ・ゲーム	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】 個人カードを記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	
	体力テスト（男女共修）	・体力テスト各種目					3
2 学 期	ソフトボール（女子） 【知識及び技能】 基本的な技術を身につける。 練習を活かして試合をする。 【思考力、判断力、表現力等】 ルールを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力してプレーする。	・キャッチボール ・バッティング ・ゲーム	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】 個人カードを記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	35
	テニス（女子） 【知識及び技能】 基本的な技術を身につける。 練習を活かして試合をする。 【思考力、判断力、表現力等】 ルールを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力してプレーする。	・ストローク ・サーブ ・ゲーム	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】 個人カードを記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	
	バスケットボール（男子） 【知識及び技能】 基本的な技術を身につける。 練習を活かして試合をする。 【思考力、判断力、表現力等】 ルールを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力してプレーする。	・パス ・ドリブル ・シュート ・ゲーム	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】 個人カードを記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	
	バドミントン（男子） 【知識及び技能】 基本的な技術を身につける。 練習を活かして試合をする。 【思考力、判断力、表現力等】 ルールを理解する。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力してプレーする。	・ショット ・サーブ ・ゲーム	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】 個人カードを記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	
3 学 期	持久走（男女共修） 【知識及び技能】 持久力を身につける。	・13～15分間走を行う ・記録をつける	【知識・技能】 実技テストを行う。 【思考・判断・表現】				15

期	【思考力、判断力、表現力等】 同じペースを意識して走る。	個人カードに記録を記入する。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動に適した服装、態度で取り組む。	○	○	○	合計
	【学びに向かう力、人間性等】 記録の管理を行う。					70