東京都立葛飾総合高等学校　令和8年度　体育　年間授業計画

教　科：保健体育　　科　目：体育　　単位数：　2　単位
対象学年組：第　3 学年　A 組～　E 組
教科担当者：　（ AB組：齋藤　岡部　鈴木）　（ CDE組：齋藤　岡部　畠中　関口 ）
使用教科書：（ 現代高等保健体育（大修館書店）　）

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】
各種の運動の特性に応じた技能について理解し、技能を身に付けるようにする。	運動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。	主体的に学習に取り組み、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][H 体育理論] 体育の授業に関するルールや、評価、年間計画について理解する。 新体力テストの計測を通して、自らの体力を把握し、課題を見つける。 意欲的に授業に取り組む姿勢を身に付ける。	・オリエンテーション ・体育理論 ・新体力テスト	【知識・技能】 体力の高め方理解しているか。 【思考・判断・表現】 自らの課題を見つけ、改善点を挙げているか。 【主体的に学習に取り組む態度】 自主的に学習に取り組もうとしているか。	○	○	○	8
	[E 球技] 男子　戦術を考えゲームができるようにする。自ら課題を分析し、課題解決に向けた練習を選択してできるようになる。 女子　戦術を考えゲームができるようにする。チームで課題を分析し、課題解決に向けた練習を選択してできるようになる。 男女　これまで修得してきた技能を生かし、模擬授業を行う。チームメイトと協力しながら、課題解決に向け協働する力を養う。仲間と交流しながら、分担した役割を果たし、運動に取り組む姿勢を育む。	・ハンドボール ・バスケットボール ・テニス ・アルティメット	【知識・技能】技術の名称や行い方を理解しているか。試合の行い方を理解できているか。 【思考・判断・表現】選択した運動について改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えながら活動しているか。 【主体的に学習に取り組む態度】グループやチームでの活動において、自ら役割を積極的に引き受け、自己の責任を果たそうとしているか。	○	○	○	10
	[D 水泳] 各自の泳力に応じて、4泳法で長く泳げるようになる。水中で目的に応じた姿勢、4泳法以外の泳ぎに挑戦する。 体育に関する知識や、理論について理解する。 意欲的に授業に取り組む姿勢を身に付ける。	・水泳 ・体育理論	【知識・技能】4泳法の特性について理解しているか。早く長く泳ぐことができるか。 【思考・判断・表現】水泳に必要な準備運動や補助運動を選ぼうとしているか。 【主体的に学習に取り組む態度】安全を確保し、活動に取り組もうとしているか。	○	○	○	10
2学期	[D 水泳] 各自の泳力に応じて、4泳法で長く泳げるようになる。水中で目的に応じた姿勢、4泳法以外の泳ぎに挑戦する。 [E 球技] 男子　戦術を考えゲームができるようにする。自ら課題を分析し、課題解決に向けた練習を選択してできるようになる。 女子　戦術を考えゲームができるようにする。チームで課題を分析し、課題解決に向けた練習を選択してできるようになる。 男女　これまで修得してきた技能を生かし、模擬授業を行う。チームメイトと協力しながら、課題解決に向け協働する力を養う。仲間と交流しながら、分担した役割を果たし、運動に取り組む姿勢を育む。	・水泳 ・ソフトボール ・バレーボール ・アルティメット ・サッカー	【知識・技能】作戦に応じた技能を身に付け、仲間と連携しながらゲームをすることができるか。 【思考・判断・表現】チームの課題を発見し、自分の考えを他のメンバーに伝えようとしているか。 【主体的に学習に取り組む態度】作戦などの話し合いに積極的に参加し、チームに貢献しようとしたか。	○	○	○	20
	[E 球技] 男子　戦術を考えゲームができるようにする。自ら課題を分析し、課題解決に向けた練習を選択してできるようになる。 女子　戦術を考えゲームができるようにする。チームで課題を分析し、課題解決に向けた練習を選択してできるようになる。 男女　これまで修得してきた技能を生かし、模擬授業を行う。チームメイトと協力しながら、課題解決に向け協働する力を養う。仲間と交流しながら、分担した役割を果たし、運動に取り組む姿勢を育む。	・バドミントン ・サッカー ・卓球 ・テニス	【知識・技能】作戦に応じた技能を身に付け、仲間と連携しながらゲームをすることができるか。 【思考・判断・表現】チームの課題を発見し、自分の考えを他のメンバーに伝えようとしているか。 【主体的に学習に取り組む態度】作戦などの話し合いに積極的に参加し、チームに貢献しようとしたか。	○	○	○	12
3学期	[E 球技] 男子　戦術を考えゲームができるようにする。自ら課題を分析し、課題解決に向けた練習を選択してできるようになる。 女子　戦術を考えゲームができるようにする。チームで課題を分析し、課題解決に向けた練習を選択してできるようになる。 男女　これまで修得してきた技能を生かし、模擬授業を行う。チームメイトと協力しながら、課題解決に向け協働する力を養う。仲間と交流しながら、分担した役割を果たし、運動に取り組む姿勢を育む。 ルールや試合の行い方を理解する。 チームや個人の作戦、戦術についての課題解決に有効な練習方法の選択について考え、伝える。 フェアなプレイを大切にしようとし、作戦などの話し合いに貢献する。	・バドミントン ・サッカー ・卓球 ・テニス	【知識・技能】各種目のルールや試合の行い方について理解している。 【思考・判断・表現】チームや個人の作戦、戦術についての課題解決に有効な練習方法の選択について自ら考え、メンバーに伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】フェアなプレイを大切にし、作戦などの話し合いに主体的に参加しようしている。	○	○	○	10 合計 70