

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 A 組～ G 組 男子

使用教科書：（新高等保健体育 大修館書店）

【知 識 及 び 技 能】各種の運動の特

【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w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ことができる。	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身に付けることが身に付けることができる。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組み、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	【種目】 アルティメット 【知識及び技能】 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦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。 【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チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、合意形成に貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイを大切にしようとする事、互いに助け合い高め合おうとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。	【指導事項】 ・基礎練習 ・ミニゲーム ・リーグ戦 【教材】 ・学習レポート ・タブレットPC 【一人1台端末の活用】 ・振り返り/まとめ (Classi)	【知識及び技能】 ・技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて理解している。 【思考力、判断力、表現力等】 ・選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けることについて、言ったり書きだしたりしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・主体的に取り組もうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	12
	【種目】 体づくり運動（体力テスト） 【知識及び技能】 体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方を理解させる。 【思考力、判断力、表現力等】 自己や仲間の課題を発見し、解決に向けての取り組み方を工夫するとともに、考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に主体的に取り組もうとしている。	【指導事項】 ・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動 ・計測 【教材】 ・学習レポート ・タブレットPC 【一人1台端末の活用】 ・振り返り/まとめ (Classi)	【知識及び技能】 ・体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方を理解することができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・自己や仲間の課題を発見し、解決に向けての取り組み方を工夫するとともに、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】 ・体づくり運動に主体的に取り組む、お互いに教え合おうとすることができる。	○	○	○	5
	【種目】 水泳 【知識及び技能】 各泳法において手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりできるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 各泳法における自己や仲間の課題を発見し、解決に向けての取り組み方を工夫するとともに、考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 主体的に取り組むとともに、自己の課題や挑戦を大切にしようとする事や、事故防止に関する姿勢を養う。	【指導事項】 ・クロール ・平泳ぎ 【教材】 ・学習レポート ・タブレットPC 【一人1台端末の活用】 ・振り返り/まとめ (Classi)	【知識・技能】 ・各泳法において手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりすることができる。 【思考・判断・表現】 ・各泳法における自己や仲間の課題を発見し、解決に向けての取り組み方を工夫するとともに、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】 ・主体的に取り組むとともに、自己の課題や挑戦を大切にしようとする事や、事故防止に関する姿勢を身に付けることができる。	○	○	○	10

2 学 期	体育祭練習	【指導事項】 ・各自種目練習		○	○	○	5
	【教材】 【一人1台端末の活用】 ・特になし						
	【種目】 球技「ゴール型」バスケットボール	【指導事項】 ・基礎練習 ・ミニゲーム ・リーグ戦	【知識及び技能】 ・状況に応じたボール操作と空間を埋める動きによって攻防を展開することができる。				
	【知識及び技能】 状況に応じたボール操作と空間を埋める動きによって攻防を展開することができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 自己や仲間の課題を発見し、解決に向けての取り組み方を工夫するとともに、考えたことを他者に伝えることができるようにする 【学びに向かう力、人間性等】 主体的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にすることや、一人一人のプレーを大切にする姿勢を養う。	【教材】 ・学習レポート ・タブレットPC 【一人1台端末の活用】 ・振り返り/まとめ（Classi）	【思考、判断、表現等】 ・自己や仲間の課題を発見し、解決に向けての取り組み方を工夫するとともに、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】 ・主体的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にすることや、一人一人のプレーを大切にする姿勢を身に付けることができる。	○	○	○	11
	【種目】 球技「ネット型」テニス	【指導事項】 ・基礎練習 ・ミニゲーム ・リーグ戦	【知識及び技能】 ・技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて理解している。				
	【知識及び技能】 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦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。 【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チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 主体的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレーを大切にしようとする、互いに助け合い高め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ようにする。	【教材】 ・学習レポート ・タブレットPC 【一人1台端末の活用】 ・振り返り/まとめ（Classi）	【思考力、判断力、表現力等】 ・選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けることについて、言ったり書きだしたりしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・主体的に取り組もうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	11
	【種目】 陸上競技 持久走	【指導事項】 ・持久走	【知識及び技能】 ・陸上競技の運動種目によって必要な体力要素があり、その運動種目の技能に関連させながら体力を高めることについて、理解している。 ・競技会や記録会で、競技のルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて理解している。 ・自分で設定したペースの変化や仲間のペースに応じて、ストライドやピッチを切り替えて走ることができる。				
	【知識及び技能】 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、技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解するとともに、各種目特有の技能を身に付けることができるようにする。 自己に適したペースを維持して走ったり、自分で設定したペースの変化や仲間のペースに応じて、ストライドやピッチを切り替えて走ることができるようにする。 【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自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて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ようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 主体的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け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ようにする。	【教材】 ・学習レポート ・タブレットPC 【一人1台端末の活用】 ・振り返り/まとめ（Classi）	【思考、判断、表現等】 ・自己や仲間の課題を解決するための練習の計画を立てている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・陸上競技の学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	10

3 学 期	【種目】 体づくり運動（縄跳び） 【知識及び技能】 技と技のつながりを意識し、リズムよく跳ぶことができるようにする。様々な跳び方を組み合わせて連続技を行うことができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 自己や仲間の課題を発見し、解決に向けての取り組み方を工夫するとともに、考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動に主体的に取り組もうとしている。	【指導事項】 ・体力を高める運動 【教材】 ・学習レポート ・タブレットPC 【一人1台端末の活用】 ・振り返り/まとめ（Classi）	【知識及び技能】 ・技と技のつながりを意識し、リズムよく安定した連続技を行うことができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・自己や仲間の課題を発見し、解決に向けての取り組み方を工夫するとともに、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】 ・体づくり運動に主体的に取り組む、お互いに教え合おうとすることができる。	○	○	○	5
	【単元】 体育理論 【知識及び技能】 スポーツの技能や戦術と体力トレーニングの方法について理解させる。 【思考力、判断力、表現力等】 スポーツの技術や戦術と体力トレーニングについて課題を発見し、よりよい解決に向けて思考判断し、他者に伝える力を養う。 【学びに向かう力、人間性等】 主体的に学習に取り組み、スポーツの技術や戦術、体力トレーニングについての学習に自主的に取り組む姿勢を身に付けさせる。	【指導事項】 ・運動、スポーツの学び方 【教材】 ・学習レポート ・教科書 ・タブレットPC 【一人1台端末の活用】 ・振り返り/まとめ（Classi）	【知識及び技能】 ・スポーツの技能や戦術と体力トレーニングの方法について理解することができる。 【思考力、判断力、表現力】 ・スポーツの技術や戦術と体力トレーニングについて課題を発見し、よりよい解決に向けて思考判断し、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】 ・主体的に学習に取り組み、スポーツの技術や戦術、体力トレーニングについての学習に自主的に取り組むことができる。	○	○	○	6
							合計
							78