年間授業計画　新様式例

高等学校 令和７年度（４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　４学年　Ａ 組～　Ｃ 組

教科担当者：（　ＡＢＣ組：　岩本　）

使用教科書：（新高等保健体育）

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】
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ようにする。	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養う。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、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。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	技	思	態	配当時数
	A　体つくり運動 【知識】 　次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。 ア ）体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と自主的に関わり合うことができるようにする。 イ ）実生活に生かす運動の計画では、ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組む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、合理的な解決に向けて運動の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】 　体つくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとすること、話合いに貢献しよ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。	「ラジオ体操」 「ペア、グループでの運動」 ・各種用具や放送機器 ・ワークシート及び振り返りプリント	【知識】 ①自己のねらいに応じて、効果的な成果を得動する行い方があることについて、言ったり書き出したりしてる。 ②体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて、言ったり書き出したりしてる。 ③実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて、言ったり書き出したりしてる。 【思考・判断・表現】 ①運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を工夫して提案している。 ②体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体つくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 ③体つくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する・みる・支える・知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①体つくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ②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。 ③仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。	○		○	○	4
1	B　器械運動（マット運動） 【知識及び技能】 　マット運動では、技がよりよくできたり、自己や仲間の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技の名称や行い方、体力の高め方、発表の仕方などを理解するとともに、自己に適した技で演技することができるようにする。 　回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技や発展技を行うこと及びそれらを構成し演技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】 　器械運動に自主的に取り組むとと	「マット運動」 ・各種用具 ・ワークシート及び振り返りプリント	【知識】 ①技の系、技群、グループの系統性の名称があり、それぞれの技には、技能の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ②自己の能力に応じた技で組み合わせたり、異なる技群で構成したりするなどの発表に向けた演技構成の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ③発表会の評価方法や運営の仕方など、全員が楽しむための調整の仕方などがあることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ①開始姿勢や終末姿勢、組合せの動きや支持の仕方などの条件を変えて回ることができる。 ②学習した基本的な技を発展させて、一連の動きで回ることができる。 ③姿勢、体の向きなどの条件を変えて静止することができる。 【思考・判断・表現】 ①選択した技や組合せ方について、合理的な	○	○	○	○	10

学期	もに、よい演技を讃えようとすること、互いに助け合い教え合おうとすること、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こと、健康・安全を確保することができるようにする。		動きと自己や仲間の動きを比較して、改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ②体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習の方法や修正の仕方を見つけている。 ③学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①学習に自主的に取り組もうとしている。 ②一人一人の能力に応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ③健康・安全を確保している。					
	E　球技（バドミントン） 【知識及び技能】 勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、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、作戦や状況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。 バドミントンでは、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防を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】 球技に自主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こと、合意形成に貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、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。	「バドミントン」 ・各種用具 ・ワークシート及び振り返りプリント	【知識】 ①局面ごとに用いられる技術や戦術の名称があり、それぞれの技術や戦術には攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的な練習の方法があることを言ったり書いたりしている。 ②課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定やそれを達成するための練習法などを選択・実践し、ゲームなどを通して学習成果を確認し、新たな課題の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 ③試合では、ルールや運営の仕方、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、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ①相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて、ねらって打ったり、打ち返したりすることができる。 ②仲間と連携したプレーを心がけ、ポジションの役割に応じて、コート上の空いている場所をカバーし、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 ③作戦を立ててプレーすることができる。 【思考・判断・表現】 ①ルールを守り、勝敗を受け入れるなど、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ②体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習の方法や修正の仕方を見つけている。 ③学習成果を踏まえて、自己に適した「する・みる・支える・知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①学習に自主的に取り組もうとしている。 ②相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ③互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。	○	○	○	○	10
	A　体つくり運動 【知識】 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。 ア ）体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と自主的に関わり合うことができるようにする。 イ ）実生活に生かす運動の計画では、ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組む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、合理的な解決に向けて運動の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。	「用具を用いた運動」 「ペア、グループでの運動」 ・各種用具や放送機器 ・ワークシート及び振り返りプリント	【知識】 ①自己のねらいに応じて、効果的な成果を得動する行い方があることについて、言ったり書き出したりしてる。 ②体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて、言ったり書き出したりしてる。 ③実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて、言ったり書き出したりしてる。 【思考・判断・表現】 ①運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を工夫して提案している。 ②体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体つくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 ③体つくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する・みる・支える・知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①体つくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ②危険の予測をしながら回避行動をとるな	○		○	○	2

	【学びに向かう力、人間性等】 体つくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとすること、話合いに貢献しよ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。		ど、健康・安全を確保している。 ③仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。					
2学期	E　球技（ソフトボール） 【知識及び技能】 勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、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、作戦や状況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。 ソフトボールでは、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防を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】 球技に自主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こと、合意形成に貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、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。	「ソフトボール」 ・各種用具 ・ワークシート及び振り返りプリント	【知識】 ①局面ごとに用いられる技術や戦術の名称があり、それぞれの技術や戦術には攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的な練習の方法があることを言ったり書いたりしている。 ②課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定やそれを達成するための練習法などを選択・実践し、ゲームなどを通して学習成果を確認し、新たな課題の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 ③試合では、ルールや運営の仕方、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、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ①守備スペースが空いた方向をねらって、身体全体を使ってバットを振りぬくことができる。 ②打球のバウンドやコースに応じて、タイミングを合わせてボールを捕ることができる。 ③味方の動きに合わせて、捕球しやすいボールを投げることができる。 【思考・判断・表現】 ①ルールを守り、勝敗を受け入れるなど、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ②体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習の方法や修正の仕方を見つけている。 ③学習成果を踏まえて、自己に適した「する・みる・支える・知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①学習に自主的に取り組もうとしている。 ②相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ③互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。	○	○	○	○	14
	E　球技（バスケットボール） 【知識及び技能】 勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、技術などの名称や行い方、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、作戦や状況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。 バスケットボールでは、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防を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】 球技に自主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こと、合意形成に貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとすること、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。	「バスケットボール」 ・各種用具 ・ワークシート及び振り返りプリント	【知識】 ①局面ごとに用いられる技術や戦術の名称があり、それぞれの技術や戦術には攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的な練習の方法があることを言ったり書いたりしている。 ②課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定やそれを達成するための練習法などを選択・実践し、ゲームなどを通して学習成果を確認し、新たな課題の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 ③試合では、ルールや運営の仕方、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、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ①空いた空間に向かってボールをコントロールして、相手陣地やゴールにボールを運ぶことができる。 ②得点を取るためのフォーメーションやセットプレイなどのチームの役割に応じた動きをすることができる。 ③味方が抜かれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをすることができる。 【思考・判断・表現】 ①ルールを守り、勝敗を受け入れるなど、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ②体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習の方法や修正の仕方を見つけている。 ③学習成果を踏まえて、自己に適した「する・みる・支える・知る」などの運動を生涯	○	○	○	○	14

			にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①学習に自主的に取り組もうとしている。 ②相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ③互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。					
3学期	A　体つくり運動 【知識】 次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようにする。 ア ）体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体は互いに影響し変化することや心身の状態に気付き、仲間と自主的に関わり合うことができるようにする。 イ ）実生活に生かす運動の計画では、ねらいに応じて、健康の保持増進や調和のとれた体力の向上を図るための運動の計画を立て取り組む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、合理的な解決に向けて運動の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】 体つくり運動に自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとすること、話合いに貢献しよ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。	「用具を用いた運動」 「ペア、グループでの運動」 ・各種用具や放送機器 ・ワークシート及び振り返りプリント	【知識】 ①自己のねらいに応じて、効果的な成果を得動する行い方があることについて、言ったり書き出したりしてる。 ②体力の構成要素は、健康に生活するための体力と運動を行うための体力に密接に関係していることについて、言ったり書き出したりしてる。 ③実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて、言ったり書き出したりしてる。 【思考・判断・表現】 ①運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を工夫して提案している。 ②体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体つくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 ③体つくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する・みる・支える・知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①体つくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ②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。 ③仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。	○		○	○	2
	E　選択制種目選択 【知識及び技能】 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ことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、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ことができるようにする。	「選択制種目選択」 ※２種目選択 ・各種用具 ・計画表及び振り返りプリント	【知識】 ①局面ごとに用いられる技術や戦術の名称、それぞれの技術や戦術には攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることを言ったり書いたりしている。 ②課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定やそれを達成するための練習法などを選択・実践し、ゲームなどを通して学習成果を確認し、新たな課題の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 ③各種目のルールや運営の仕方、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、言ったり書き出したりしている。 【技能】 各種目やグループに与えられた課題や目標に則り、設定基準に応じて評価する。 【思考・判断・表現】 ①自分や仲間の技術的な課題やその改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ②体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習の方法を合理的、計画的に思考し判断するとともに修正の仕方を見つけている。 ③学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①学習に主体的に取り組もうとしている。 ②準備や運営などチームや自己の役割を果たそうとしている。 ③ルールやマナーを守り、練習や試合、記録・発表会において健康と安全に留意している。	○	○	○	○	14 合計 70