

年間授業計画

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 組 1～ 8 組

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、明るく豊かで活の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】
体の動かし方や技能、体力の高め方を理解し、運動の技能として発揮したり、身体表現したりすること、スポーツに関する科学的知識や文化的意義等の理解	自己や仲間の運動課題を解決する過程などを通して、豊かなスポーツライフを継続できる資質や能力	公正、協力、責任、参画に 対する意欲及び健康・安全を確保することで運動の楽しさや喜びを深く味わうことのできる態度

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	意	配当 時数
	<p>A 単元「球技」</p> <p>【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できる能力を身に付ける。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 動きなど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、自己の考えたことを他者に伝える力を身に付ける。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする。こと、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。ことなどや、健康・安全を確保する能力を身に付ける。</p>	<p>選択制体育 (サッカー・ソフトボール・テニス・バレーボール・バスケットボール・バドミントン)</p>	<p>【知識・技能】 ・球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、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を理解している。 ・「ゴール型」：①ボールをコントロールしてパスやシュートができる。 ②空間を作り出すための動きをすることができる。 ・「ネット型」：①ボールを相手側のコートに空いた場所に打つ返すことができる。 ②ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 【思考・判断・表現】 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたる場面、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ることができる。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見つづけることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	30
1 学期	<p>B 単元「水泳」</p> <p>【知識及び技能】 記録の向上や競争の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、効率的に泳ぐ技能を身に付ける。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 泳法など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、自己の考えたことを他者に伝える能力を身に付ける。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする。こと、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。ことなどや、水泳の事故防止に関する指導を遵守するなど健康・安全を確保する能力を身に付ける。</p>	<p>・バタフライ ・背泳ぎ ・平泳ぎ ・クロール ・時間泳</p>	<p>【知識・技能】 ・各種目の技能の名称があり、それぞれの技術には、効率的に泳ぐポイントがあることを理解している。 ・「バタフライ」：プルとキックと呼吸動作を合わせた一連の動きで泳ぐことができる。 ・「背泳ぎ」：手と足の動き、呼吸のバランスを保ちながら泳ぐことができる。 ・「平泳ぎ」：適切な「プル・呼吸・キック・グライド・ストローク」で大きく進むことができる。 ・「クロール」：水面上の腕は、ローリングの動きに合わせてリラックスして前方へ動かすことができる。 【思考・判断・表現】 ・選択した泳法について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。</p>				10
2 学期	<p>A 単元「球技」</p> <p>【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できる能力を身に付ける。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 動きなど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、自己の考えたことを他者に伝える力を身に付ける。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする。こと、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。ことなどや、健康・安全を確保する能力を身に付ける。</p>	<p>選択制体育 (サッカー・ソフトボール・テニス・バレーボール・バスケットボール・バドミントン)</p>	<p>【知識・技能】 ・球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、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を理解している。 ・「ゴール型」：①ボールをコントロールしてパスやシュートができる。 ②空間を作り出すための動きをすることができる。 ・「ネット型」：①ボールを相手側のコートに空いた場所に打つ返すことができる。 ②ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 【思考・判断・表現】 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたる場面、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ることができる。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見つづけることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	40

3 学 期	<p>A 単元「球技」</p> <p>【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できる能力を身に付ける。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 動きなど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、自己の考えたことを他者に伝える力を身に付ける。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 自主的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする。こと、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。ことなどや、健康・安全を確保する能力を身に付ける。</p>	<p>選択制体育 (サッカー・ソフトボール・テニス・バレーボール・バスケットボール・バドミントン)</p>	<p>【知識・技能】 ・球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、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を理解している。 ・「ゴール型」：①ボールをコントロールしてパスやシュートができる。 ②空間を作り出すための動きをすることができる。 ・「ネット型」：①ボールを相手側のコートに空いた場所に打つ返すことができる。 ②ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 【思考・判断・表現】 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ることができる。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見つけることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	25
							合計