

高等学校 令和7年度（1学年用） 教科 体育 科目 体育

教 科： 体育 科 目： 体育 単位数： 3 単位

対象学年組： 第 1 学年 1 組～ 6 組

教科担当者： （河原畑・中沢・高野・西尾・博田・原田）

使用教科書： （アクティブスポーツ総合版 大修館）

教科 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個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技
- 【思考力、判断力、表現力等】運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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
- 【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたっ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、明るく豊かな生活を営む態度

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等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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。	生涯にわたっ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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

	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	オリエンテーション 基礎体力づくりと体力テスト	・体ほぐし運動等を取り入れ、基礎体力の向上を図るとともに、体力テストの目的および方法を理解させ、自己の最大限の能力発揮をさせる。 ・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	13
	バレーボール 陸上競技 格技 体育祭練習	・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す。 ・体育祭種目の競技ルールの理解、競技力向上を目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	14
	定期考査						
	バレーボール 陸上競技 格技 体育祭練習	・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す。 ・体育祭種目の競技ルールの理解、競技力向上を目指す	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	14
	水泳	・クロールと平泳ぎの基本技術の習得を目指す。 ・短距離でのタイム向上と長距離を泳ぐ体力の向上を目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	14
	定期考査						
2 学 期	水泳 バスケットボール サッカー 格技	・クロールと平泳ぎの基本技術の習得を目指す。 ・短距離でのタイム向上と長距離を泳ぐ体力の向上を目指す。 ・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	15
	バスケットボール サッカー 格技	・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	15
3 学 期	持久走	・マラソン大会での完走と記録を目指し、持久力の向上と、精神面での成長を目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	10
	持久走 球技選択 ニュースポーツ サッカー 卓球	・マラソン大会での完走と記録を目指し、持久力の向上と、精神面での成長を目指す。 ・グループの班長を中心として、練習計画を立て、実施し、集団としての技術の向上を目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	10
						合計	105

高等学校 令和7年度（1学年用） 教科 体育 科目 体育

教 科： 体育 科 目： 体育 単位数： 3 単位

対象学年組：第 1 学年 1 組～ 6 組

教科担当者：（中沢・高野・西尾・博田・原田）

使用教科書：（アクティブスポーツ総合版 大修館）

教科 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個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技

【思考力、判断力、表現力等】運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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

【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたっ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、明るく豊かな生活を営む態度

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等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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。	生涯にわたっ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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

	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	オリエンテーション 基礎体力づくりと体力テスト	・体ほぐし運動等を取り入れ、基礎体力の向上を図るとともに、体力テストの目的および方法を理解させ、自己の最大限の能力発揮をさせる。 ・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	13
	バレーボール 卓球 陸上競技 体育祭練習	・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す。 ・体育祭種目の競技ルールの理解、競技力向上を目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	14
	定期考査						
	バレーボール 卓球 陸上競技 体育祭練習	・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す。 ・体育祭種目の競技ルールの理解、競技力向上を目指す	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	14
	水泳	・クロールと平泳ぎの基本技術の習得を目指す。 ・短距離でのタイム向上と長距離を泳ぐ体力の向上を目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	14
	定期考査						
2 学 期	水泳 バスケットボール サッカー バドミントン ソフトボール	・クロールと平泳ぎの基本技術の習得を目指す。 ・短距離でのタイム向上と長距離を泳ぐ体力の向上を目指す。 ・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	15
	水泳 バスケットボール サッカー バドミントン ソフトボール	・基本技術の習得とルールの理解、ゲームを楽しむレベルを目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	15
3 学 期	持久走	・マラソン大会での完走と記録を目指し、持久力の向上と、精神面での成長を目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	10
	持久走 球技選択 ニュースポーツ サッカー 卓球	・マラソン大会での完走と記録を目指し、持久力の向上と、精神面での成長を目指す。 ・グループの班長を中心として、練習計画を立て、実施し、集団としての技術の向上を目指す。	実技テスト Formsでの振り返り 授業態度・出席	○	○	○	10
						合計	105