

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： 単位

対象学年組：第 1 学年 組～ 組

教科担当者：（高野・原田・博田・河原畑・西尾・中沢

使用教科書：（ アクティブスポーツ ）

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。

【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、他者に伝える力を養う。

【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。	【知識・技能】 体力テスト 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	5
	球技選択（前期） サッカー バドミントン テニス	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成し、グループの課題に応じて技能や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	12
	定期考査						
	球技選択（前期） サッカー バドミントン テニス	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成し、グループの課題に応じて技能や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	12
	球技選択（前期） サッカー バドミントン テニス	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成し、グループの課題に応じて技能や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	12
	定期考査						
	球技選択（後期） サッカー バドミントン テニス	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成し、グループの課題に応じて技能や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	12
2 学 期	球技選択（後期） サッカー バドミントン テニス	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成し、グループの課題に応じて技能や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	12
	球技選択（後期） サッカー バドミントン テニス	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成し、グループの課題に応じて技能や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	12
3 学 期	球技選択（後期） サッカー バドミントン テニス	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成し、グループの課題に応じて技能や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	5
							合計 70

高等学校 令和7年度（3学年用） 教科 保健体育 科目 スポーツⅡ

教 科： 保健体育 科 目： スポーツⅡ 単位数： 2 単位

対象学年組：第 3 学年

教科担当者：（博田・河原畑

使用教科書：（ アクティブスポーツ ）

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。

【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、他者に伝える力を養う。

【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を養う。

科目 スポーツⅡ 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	・授業の進め方の説明 ・グループ決め ・球技	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	2
	球技 アルティメット ソフトボール	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	16
	定期考査						
	球技 ダグラグビー ハンドボール	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	16
	球技 バレーボール	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	8
	定期考査						
2 学 期	球技 バレーボール	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	10
	球技 バスケットボール	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	10
3 学 期	球技選択（後期） バスケットボール	・各種目ごとにグループを作り、グループ活動を行う中で、協調性を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成し、グループの課題に応じて技能や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	8
							合計 70

高等学校 令和7年度（3学年用） 教科 保健体育 科目 生涯スポーツ

【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	・授業の進め方の説明 ・グループ決め ・球技	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	2
	球技 テニス フットサル	・各種目ごとにグループを作り、 グループ活動を行う中で、協調性 を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能 を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	16
	定期考査						
	球技 タグラグビー ハンドボール	・各種目ごとにグループを作り、 グループ活動を行う中で、協調性 を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能 を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	16
	球技 バレーボール	・各種目ごとにグループを作り、 グループ活動を行う中で、協調性 を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能 を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	8
	定期考査						
2 学 期	球技 バスケットボール	・各種目ごとにグループを作り、 グループ活動を行う中で、協調性 を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能 を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	10
	球技 テニス フットサル	・各種目ごとにグループを作り、 グループ活動を行う中で、協調性 を身につけさせる。 ・必修体育より、より高度な技能 を習得させる。	【知識・技能】 運動技能 【思考・判断・表現】 Formsによる振り返り 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	10
3 学 期	球技選択（後期） バスケットボール	・各種目ごとにグループを作り、 グループ活動を行う中で、協調性 を身につけさせる。 ・グループごとに授業計画を作成 し、グループの課題に応じて技能 や知識を高められるようにする	【知識・技能】 授業計画表 【思考・判断・表現】 個人カード 【主体的に学習に取り組む態度】 出席状況や取り組み状況	○	○	○	8
							合計
							70