

高等学校 令和7年度（1学年用） 教科 保健体育 科目 保健

教科： 保健体育 科目： 保健 単位数： 1 単位

対象学年組：第 1 学年 1 組～ 6 組

教科担当者：（ 1～3組：白石 ㊞ 4組：高橋 ㊞ 56組：寺田 ）

使用教科書：（ 大修館書店 現代高等保健体育 ）

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。

【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】
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。	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、目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、明るく豊かで活力ある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
	現代社会と健康 【知識及び技能】 （ア）健康の考え方 *ア 国民の健康課題 国民の健康課題について、我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して理解できるようにする。 *イ 健康の考え方と成り立ち 健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて理解できるようにする。 *ウ 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくり 健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方に基づき、適切な意思決定や行動選択により、疾病等のリスクを軽減することを含め、自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに、環境づくりが重要であることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病などのリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。	「健康の考え方と成り立ち」 健康を成り立たせている要因について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等 「私たちの健康のすがた」 我が国の健康水準の変化とその背景、及び現在の健康問題について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*ア 国民の健康課題 【知識・技能】 我が国の死亡率、受療率、健康寿命などの各種の指標や疾病構造の変化を通じて国民の健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 健康の考え方について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康の考え方について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。 *イ 健康の考え方と成り立ち 【知識・技能】 健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い、個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康水準の変化とその背景、及び現在の健康問題について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
				○	○	○	1

1 学 期	現代社会と健康 【知識及び技能】 （ウ）生活習慣病などの予防と回復 がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを適宜取り上げ、これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であること、定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要であることについて、理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病などのリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明できるようにする。	「生活習慣病の予防と回復」 生活習慣病の種類と要因について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 がん、脳血管疾患、虚血性心疾患、高血圧症、脂質異常症、糖尿病などを適宜取り上げ、これらの生活習慣病などのリスクを軽減し予防するには、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた健康的な生活を続けることが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 生活習慣病などの予防と回復について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 生活習慣病とその予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	【学びに向かう力、人間性等】 現代社会と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようになる。	「がんの原因と予防」 がんの種類や原因について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 がんは、肺がん、大腸がん、胃がんなど様々な種類があり、生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 がんの原因と予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 がんの種類や原因について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「がんの治療と回復」 がんのおもな治療方法や緩和ケアがあること、早期発見にはがん検診が重要であることについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 がんの主な治療法や緩和ケアについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 がん検診の普及や情報サービスの整備などの社会的な対策について、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 がんの治療と回復について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
		「運動と健康」 健康と運動の関係について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 運動と健康の関係について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 目的に応じた健康的な運動の仕方について、それを選択した理由などを記述したり、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動と健康の関係について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「食事と健康」 食事と健康の関係について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 食事と健康の関係について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 健康的な食事のとり方について、それを選択した理由などを記述したり、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 食事と健康の関係について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「睡眠・休養と健康」 健康と休養・睡眠の関係及び健康に良い適切な休養・睡眠のとり方について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 健康と睡眠・休養の関係について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 健康と睡眠・休養の関係及び健康に良い睡眠・休養のとり方について、記述したり、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康と睡眠・休養の関係及び適切な睡眠・休養のとり方について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	定期考査			○	○		1

現代社会と健康 【知識及び技能】 (エ) 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康 *ア 喫煙、飲酒と健康 喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることを理解できるようにする。 また、喫煙や飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることを理解できるようにする。 *イ 薬物乱用と健康 コカイン、MDMAなどの麻薬、覚醒剤、大麻など薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病などのリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようになる。	「喫煙と健康」 喫煙者やその周囲の人に起こる害について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*ア 喫煙、飲酒と健康 【知識・技能】 喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねること、飲酒や喫煙による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 喫煙について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 喫煙と健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	「飲酒と健康」 飲酒による健康への短期的影響と長期的影響について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*ア 喫煙、飲酒と健康 【知識・技能】 喫煙や飲酒は、生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねること、飲酒や喫煙による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ、及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 飲酒について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 飲酒と健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	「薬物乱用と健康」 薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*イ 薬物乱用と健康 【知識・技能】 コカイン、MDMAなどの麻薬、覚醒剤、大麻など、薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 薬物乱用の防止について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 薬物乱用と健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1

現代社会と健康 【知識及び技能】 (オ) 精神疾患の予防と回復 ＊ア 精神疾患の特徴 精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により、精神活動が不全になった状態であることを理解できるようにする。 また、うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害などを適宜取り上げ、誰もががり患しうること、若年で発症する患者が多いこと、適切な対処により回復し生活の質の向上が可能であることなどを理解できるようにする。 ＊イ 精神疾患への対処 精神疾患の予防と回復には、心身の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病などのリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようになる。	「精神疾患の特徴」 精神疾患の例をあげ、発病の要因と主な症状について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	＊ア 精神疾患の特徴 【知識・技能】 精神疾患は、精神機能の基盤となる心理的、生物的、または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により、精神活動が不全になった状態であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 精神疾患の発病要因と主な症状について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 精神疾患の特徴について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	「精神疾患の予防」 精神疾患を予防する方法及び精神疾患の早期発見のために必要なことについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	＊イ 精神疾患への対処 【知識・技能】 精神疾患の予防と回復には、心身の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 精神疾患の予防する方法について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 精神疾患の予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	「精神疾患からの回復」 精神疾患の適切な治療や回復のためには、どのような社会環境が必要なのかについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	＊イ 精神疾患への対処 【知識・技能】 精神疾患の予防と回復には、心身の健康と同じく、適切な運動、食事、休養及び睡眠など、調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクセーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 精神疾患の予防する方法について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 精神疾患からの回復について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1

現代社会と健康 【知識及び技能】 （イ）現代の感染症とその予防 感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病などのリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようになる。	「現代の感染症」 感染症とは何かについて潜伏期間や感染力なども含めて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 感染症は、時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られること、その際、交通網の発達により短時間で広がりやすくなっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 感染症の発生や流行には時代や地域によって違いが見られることについて、事例を通して感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策を整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 現代の感染症について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	「感染症の予防」 感染症の予防対策について3原則や個人と社会の対策について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 感染症のリスクを軽減し予防するには、衛生的な環境の整備や検疫、正しい情報の発信、予防接種の普及など社会的な対策とともに、それらを前提とした個人の取組が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 現代の感染症とその予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付たりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 感染症の予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	「性感染症・エイズとその予防」 性感染症・エイズが他の感染症とかなることや、性感染症・エイズの予防とその対策について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 エイズ及び性感染症について、その原因、及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 エイズ及び性感染症とその予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付たりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 エイズ及び性感染症とその予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	「健康に関する意思決定・行動選択」 意思決定・行動選択に影響を与える要因について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	＊ウ 健康の保持増進のために適切な意思決定や行動選択と環境づくり 【知識・技能】 健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方にに基づき、適切な意思決定や行動選択により、疾病等のリスクを軽減することを含め、自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに、環境づくりが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康の考え方について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
現代社会と健康 【知識及び技能】 （ア）健康の考え方 ＊ウ 健康の保持増進のための適切な意思決定や行動選択と環境づくり 健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方にに基づき、適切な意思決定や行動選択により、疾病等のリスクを軽減することを含め、自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに、環境づくりが重要であることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会と健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病などのリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な方法を選択し、それらを説明できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会と健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようになる。	「健康に関する環境づくり」 ヘルスプロモーションの考え方に基づく環境づくりの特徴について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 適切な意思決定や行動選択には、個人の知識、価値観、心理状態、及び人間関係などを含む社会環境が関連していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康の考え方について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	定期考査		○	○		1

3 学 期	安全な社会生活 【知識及び技能】 (ア) 安全な社会づくり ＊ア 事故の現状と発生要因 事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因が関連していることを理解できるようにする。 ＊イ 安全な社会形成 事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを目指す安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、法的な整備などの環境整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取り組み、及び地域の連携などが必要であることを理解できるようにする。 ＊ウ 交通安全 交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 安全な社会生活について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようになる。	「事故の現状と発生要因」 事故の発生には人的要因と環境要因が関連していることについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 事故は、地域、職場、家庭、学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には、周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因が関連していることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 安全な社会づくりについて、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会に課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 安全な社会づくりについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「安全な社会の形成」 すべての人たちの安全を確保するために必要な環境整備について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを目指す安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、法的な整備などの環境整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取り組み、及び地域の連携などが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 安全な社会づくりについて、様々な事故や災害の事例から、安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用している。 【主体的に学習に取り組む態度】 安全な社会づくりについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「交通における安全」 交通事故防止における個人の取り組みと交通環境の整備について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 交通事故を防止するには、自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること、及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であることについて、言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 交通安全について、習得した知識を基に、事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取り組みを評価している。 【主体的に学習に取り組む態度】 安全な社会づくりについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	安全な社会生活	「応急手当の意義とその基本」 応急手当の意義や傷病者を発見したときに、確認・観察するポイントをあげることができるようにする。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 適切な応急手当は、傷害や疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛を緩和したりすることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 応急手当について、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 応急手当について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	＊イ 日常的な応急手当 日常生活で起こる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定等の基本的な応急手当の方法や手順があることを理解できるようにする。						
	＊ウ 心肺蘇生法 心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AED（自動体外式除細動器）の使用などが必要であること、及び方法や手順について、理解し、AEDなどを用いて心肺蘇生法ができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 安全な社会生活に関わる事象や情報から課題を発見し、自他や社会の危険の予測を基に、危険を回避したり、傷害の悪化を防止したりする方法を選択し、安全な社会の実現に向けてそれらを説明することができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 安全な社会生活について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようになる。	「日常的な応急手当」 日常的なケガや熱中症の応急手当の手順や方法について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 日常生活で起こる傷害や、熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定等の基本的な応急手当の方法や手順があることを、理解し、応急手当ができる。 【思考・判断・表現】 応急手当について、習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に応用している。 【主体的に学習に取り組む態度】 応急手当について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「心肺蘇生法」 心肺蘇生法の方法と手順を理解し、心肺蘇生法を行うことができるようにする。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 心肺停止状態においては、急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AED（自動体外式除細動器）の使用などが必要であること、及び方法や手順について、理解したことを言ったり書いたりしている。また、AEDなどを用いて心肺蘇生法ができる。 【思考・判断・表現】 応急手当について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、記述したりして、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 応急手当について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	定期考査			○	○		1
							合計
							35

高等学校 令和7年度（1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1学年 1組～6組

教科担当者：（1～6組：白石 ㊦ 鈴木 ㊦ 西野 ㊦ 寺田 ㊦）

使用教科書：（大修館書店 ステップアップ高校スポーツ2025）

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

【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

【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

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	思	態	配当 時数
体づくり運動 【知識及び技能】 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。 【思考力、判断力、表現力等】 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】 体づ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。	・体ほぐしの運動 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ 2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすることができる。 【思考・判断・表現】 課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成するための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	7
陸上競技 【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、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。 【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ことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に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・安全を確保すること ができるようにする。	・短距離走・リレー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ 2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 リレーでは、次走者はスタートを切った後スムーズに加速して、スピードを十分に高めることができる。 【思考・判断・表現】 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。	○	○	○	9

1 学 期	水泳 【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、効率的に泳ぐことができるようにする。 【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ことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に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、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、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。	・クロール 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 泳ぎの速さに応じて、顔を横に向ける大きさを調節して呼吸動作を行うことができる。 【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ている。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	球技 【知識及び技能】 ネット型では、役割に応じたボールの操作や安定した用具の操作と連動した動きによって空いた場所をめぐる攻防ができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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】 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、作戦などについての話合いに貢献しようとする、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、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする。	・バレーボール 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くことができる。 【思考・判断・表現】 チームで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて、自己の活動を振り返っている。 【主体的に学習に取り組む態度】 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	ダンス 【知識及び技能】 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方に変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ることができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 表現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】 ダンスに主体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、作品や発表などの話合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保できるようにする。	・創作ダンス 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 気に入ったテーマを選び、ストーリー性のあるはこびで、一番表現したい中心の場面を人流れの動きで表現して、はじめとおわりを付けて簡単な作品にまとめて踊ることができる。 【思考・判断・表現】 それぞれのダンスに応じて、表したいテーマにふさわしいイメージや、踊りの特徴を捉えた表現の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 作品創作などについての話合いに貢献しようとしている。	○	○	○	

武道選択（柔道・剣道） 【知識及び技能】 柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすることができるようにする。 剣道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの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】 攻防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ことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようということ、自己の責任を果たそうということ、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようということなどや、健康・安全を確保することができるようにする。	・柔道 ・剣道 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 柔道 姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むことができる。 剣道 構えでは、相手の動きの変化に応じた自然体で中段に構えることができる。 【思考・判断・表現】 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康・安全を確保している。	○	○	○	14
水泳 【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、効率的に泳ぐことができるようにする。 【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ことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に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いうこと、自己の責任を果たそうということ、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようということなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。	・平泳ぎ 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 ブルのかき終わりに合わせて顔を水面上に出して呼吸を行い、キックの蹴り終わりに合わせてグライドをとり、1回の腕の動き（ストローク）で大きく進むことができる。 【思考・判断・表現】 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の事故防止の心得を遵守するなど健康・安全を確保している。	○	○	○	5
球技 【知識及び技能】 ネット型では、役割に応じたボールの操作や安定した用具の操作と連動した動きによって空いた場所をめぐる攻防ができるようにする。 ゴール型では、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】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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。	・バレーボール ・バドミントン ・サッカー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【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があることについて、言ったり、書きだしたりしている。 ゴール型 味方が操作しやすいパスを送ることができる。 ネット型 ポジションの役割に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 腕やラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 【思考・判断・表現】	○	○	○	23

2 学 期	【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、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、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、互いに助け合い教え合おうとすることや、健康・安全を確保することができるようにする。		選択した運動について、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ている。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。				
	ダンス 【知識及び技能】 創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で、緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、簡単な作品にまとめたりして踊ることができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 表現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】 ダンスに主体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、作品や発表などの話し合いに貢献しようとする、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとするなどや、健康・安全を確保できるようにする。	・現代的なリズムのダンス 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 リズムや音楽に合わせて、独自のリズムパターンや動きの連続や群の構成でまとまりを付けて踊ることができる。 【思考・判断・表現】 選択した踊りの特徴に合わせて、よい動きや表現と自己や仲間の動きや表現を比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 仲間に課題を伝えあったり教え合ったりして、互いに助け合い教え合おうとしている。	○	○	○	
	武道選択（柔道・剣道） 【知識及び技能】 柔道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連絡技を用いて、相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすることができるようにする。 剣道では、相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手の構えを崩し、しかけたり応じたりするなどの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】 攻防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ことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 武道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする、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。	・柔道 ・剣道 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 柔道 相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 剣道 基本の打突と受け方では、体さばきや竹刀操作を用いて打ったり、応じ技へ発展するよう受けたりすることができる。 【思考・判断・表現】 見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。	○	○	○	14

3 学 期	体育理論 【知識及び技能】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解することができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、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】 スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展についての学習に自主的に取り組むことができるようにする。	・スポーツの始まりと変遷 ・文化としてのスポーツ ・オリンピックとパラリンピックの意義 ・スポーツが経済に及ぼす効果 ・スポーツの高潔さとドーピング ・スポーツと環境 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 (ア) スポーツの歴史的発展と多様な変化 近年では、我が国から世界に普及し、発展しているスポーツがあり、日本の文化の発信に貢献していることを理解している。 (イ) 現代のスポーツの意義や価値 現代のスポーツは、国際親善や世界平和に大きな役割を果たしており、その代表的なものにオリンピックやパラリンピック等の国際大会があることを理解している。 (ウ) スポーツの経済的効果と高潔さ 現代のスポーツの経済的効果には、スポーツの実施による直接的な効果のみならず、例えば、スポーツ用品、スポーツに関する情報やサービス、スポーツ施設などの広範な業種から構成されるスポーツ産業による効果、スポーツイベント等による波及的な経済的効果があり、経済活動に大きな影響を及ぼしていることを理解している。 (エ) スポーツが環境や社会にもたらす影響 スポーツにかかわる人々の増加は、例えば、地域の人々の生活や社会環境にも様々な影響をもたらすようになっていることを理解している。 【思考・判断・表現】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、概念と自己の状況を関連付けたりして、自己や社会についての課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	陸上競技 【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、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。 【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ことができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に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、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。	・長距離走 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。 【思考・判断・表現】 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	5

球技	【知識及び技能】 ゴール型では、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】 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み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】 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、作戦などについての話合いに貢献しようとする、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、互いに助け合い教え合おうとすることや、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 ・サッカー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2025」 一人1台端末の活用 等	【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があることについて、言ったり、書きだしたりしている。 ゴール型 ゴール前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っている。 【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及び修正などを大切にしようとしている。	○	○	○	10
							合計
							105

高等学校

令和7年度（2学年用）

教科

保健体育

科目

保健

教科：保健体育

科目：保健

単位数：1 単位

対象学年組：第2学年 1組～6組

教科担当者：（1345組：鈴木 ㊞ 26組：西野 ㊞）

使用教科書：（大修館書店 現代高等保健体育）

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 保健

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】
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに, 技能を身に付けるようにする。	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, 目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し, 明るく豊かで活力ある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	生涯に通じる健康 【知識及び技能】 (7) 生涯の各段階における健康 ㊟ 思春期と健康 思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面, 心理面, 行動面などの変化に関わり, 健康課題が生じることがあることを理解できるようにする。 ㊠ 結婚生活と健康 結婚生活について, 心身の発達や健康の保持増進の観点から理解できるようにする。 ㊡ 加齢と健康 中高年期を健やかに過ごすためには, 若いときから, 健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと, 生きがいをもつこと, 運動やスポーツに取り組むこと, 家族や友人などとの良好な関係を保つこと, 地域における交流をもつことなどが関係することを理解できるようにする。 【思考力, 判断力, 表現力等】 生涯を通じる健康に関わる事象や情報から課題を発見し, 疾病等のリスクの軽減, 生活の質の向上, 健康を支える環境づくりなどを解決方法を関連付けて考え, 適切な方法を選択し, それらを説明ができるようにする。 【学びに向かう力, 人間性等】 現代社会と健康について, 生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。	「ライフステージと健康」 ライフステージと健康および各ライフステージで活用できる社会的支援について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㊟ 思春期と健康 【知識・技能】 生涯の各段階における健康について, 各段階ごとの心身の発達や性的成熟に伴う身体面, 心理面, 行動面などの変化に関わり, 健康課題が生じることがあることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 生涯を通じる健康における事象や情報などについて, 健康に関わる原則や概念を基に整理したり, 個人及び社会生活と関連付けたりして, 自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ライフステージについて, 課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「思春期と健康」 思春期における男性と女性の心身の変化ならびに発達について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㊟ 思春期と健康 【知識・技能】 思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面, 心理面, 行動面などの変化に関わり, 健康課題が生じることがあることについて, 理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 思春期と健康について, 習得した知識を基に, 心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために, 性に関わる情報を適切に整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 思春期における男性と女性の心身の変化ならびに発達について, 課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「性意識と性行動の選択」 性意識の男女差ならびに性情報が性行動の選択に及ぼす影響について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㊟ 思春期と健康 【知識・技能】 思春期における心身の発達に伴う, 性意識や男女の差が性行動にかかわることについて, 理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 思春期の発達に伴う, 性意識ならびに性行動について習得した知識を基に, 性情報が性行動の選択に及ぼす影響を整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 性意識の男女差ならびに性情報が性行動の選択に及ぼす影響について課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
		「妊娠・出産と健康」 妊娠・出産の過程における健康課題について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㊠ 結婚生活と健康 【知識・技能】 受精, 妊娠, 出産とそれに伴う健康課題について, 理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 結婚生活と健康について, 習得した知識を基に, 結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて, 保健・医療サービスの活用方法を整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 妊娠・出産の過程における健康課題について課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1

	「避妊法と人工妊娠中絶」 家族計画の意義と適切な避妊法ならびに人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㊦ 結婚生活と健康 【知識・技能】 家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 家族計画の意義と適切な避妊法ならびに人工妊娠中絶について、習得した知識を基に、人工妊娠中絶に伴う健康課題について整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 家族計画の意義と適切な避妊法ならびに人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響について課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	「結婚生活と健康」 心身の発達と結婚生活の関係ならびに結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㊦ 結婚生活と健康 【知識・技能】 結婚生活について、心身の発達や健康の保持増進の観点について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 結婚生活と健康について、習得した知識を基に、結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて、保健・医療サービスの活用方法を整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 心身の発達と結婚生活の関係ならびに健康的に送るために必要な考え方や行動について課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	「中高年期と健康」 加齢に伴う心身の変化についてについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㊧加齢と健康 【知識・技能】 中高年期を健やかに過ごすためには、若いときから、健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと、生きがいをもつこと、運動やスポーツに取り組むこと、家族や友人などとの良好な関係を保つこと、地域における交流をもつことなどが関係することについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 加齢と健康について、習得した知識を基に、中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 【主体的に学習に取り組む態度】 加齢に伴う心身の変化についてについて課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
定期考査			○	○		1
生涯に通じる健康 【知識及び技能】 (f) 労働と健康 ㊦ 労働災害と健康 労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量が変わってきたことを理解できるようにする。	「働くことと健康」 働くことの意義と健康とのかかわりについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㊦ 労働災害と健康 【知識・技能】 働くことの意義と健康とのかかわりや働き方や働く人の健康問題の変化について、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 働くことの意義と健康について、習得した知識を基に、自身の将来の労働に向けた、個人の取組と社会的対策を整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 働くことの意義と健康とのかかわりについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
【思考力,判断力,表現力等】 生涯を通じる健康に関わる事象や情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減,生活の質の向上,健康を支える環境づくりなどと,解決方法を関連付けて考え,適切な方法を選択し,それらを説明ができるようにする。	「労働災害と健康」 労働災害の種類とその原因・防止するために必要なことについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	㊦ 労働災害と健康 【知識・技能】 労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量が変わってきたことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 労働災害と健康について、習得した知識を基に、労働災害の防止に向けて、個人の取組と社会的対策を整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 労働災害の種類とその原因・防止するために必要なことについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
【学びに向かう力,人間性等】 生涯を通じる健康について,生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。						

2 学 期		「健康的な職業生活」 職場が行う健康に関する取り組みについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	④ 働く人の健康の保持増進 【知識・技能】 働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 職場が行う健康に関する取り組みについて、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 職場が行う健康に関する取り組みについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	健康を支える環境づくり 【知識及び技能】 (7) 環境と健康 ㉞ 環境の汚染と健康 人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて理解できるようにする。	「大気汚染と健康」 大気汚染の原因と健康への影響ならびに地球規模の健康問題について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	* (7) 環境と健康 【知識・技能】 人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について、事例を通して整理し、疾病等のリスクを軽減するために、環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 【主体的に学習に取り組む態度】 大気汚染の原因と健康への影響ならびに地球規模の健康問題について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	㉟ 環境と健康に関わる対策 健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて理解できるようにする。	「水質汚染、土壌汚染と健康」 水質汚濁・土壌汚染の原因とその健康影響について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	* ㉟ 環境と健康に関わる対策 【知識・技能】 健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 人間の生活や産業活動などによって引き起こされる水質汚染ならびに土壌汚染について、事例を通して整理し、健康被害を理解し、課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 水質汚濁・土壌汚染の原因とその健康影響について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	【思考力、判断力、表現力等】 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明できるようにする。						
	【学びに向かう力、人間性等】 生涯を通じる健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。	「環境と健康にかかわる対策」 環境汚染による健康被害を防ぐ方法について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	* ㉟ 環境と健康に関わる対策 【知識・技能】 健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 健康を支える環境づくりににおける事象や情報などについて、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 環境汚染による健康被害を防ぐ方法について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
		「ごみの処理と上下水道の整備」 ごみ処理の現状やその課題および上下水道のしくみと健康について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	* ㊱ 環境衛生に関わる活動 【知識・技能】 上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は、自然環境や学校・地域などの社会生活における環境、及び人々の健康を守るために行われていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ごみの処理ならびに上下水道の整備について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、道筋を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ごみ処理の現状やその課題および上下水道のしくみと健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	定期考査			○	○		1

3 学 期	(イ) 食品と健康 ㉞ 食品の安全性 人々の健康を支えるためには、食品の安全性を確保することが重要であり、食品の安全性が損なわれると、健康に深刻な被害をもたらすことがあり、食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であることについて理解できるようにする。	「食品の安全性」 食品の安全性と健康とのかかわりについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㉞ 食品の安全性 【知識・技能】 人々の健康を支えるためには、食品の安全性を確保することが重要であり、食品の安全性が損なわれると、健康に深刻な被害をもたらすことがあり、食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 食品の安全性に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して、健康を保持増進するための計画を立てている。 【主体的に学習に取り組む態度】 食品の安全性と健康とのかかわりについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
	【思考力,判断力,表現力等】 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減,生活の質の向上,健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明することができるようにする。 【学びに向かう力,人間性等】 生涯を通じる健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。	「食品衛生にかかわる活動」 食品の安全性を確保するための行政や製造業の役割について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	*㉟ 食品衛生に関わる活動 【知識・技能】 食品の安全性を確保するために、食品衛生法などの法律等が制定されており、様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや、食品の製造・加工・保存・流通など、各段階での適切な管理が重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 食品衛生に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して、健康被害の防止を自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 食品の安全性を確保するための行政や製造業の役割について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	(ウ) 保健・医療制度及び地域の保健・医療機関 ㉞ 我が国の保健・医療制度 我が国には、人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し、行政及びその他の機関などから健康に関する情報、医療の供給、医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて理解できるようにする。 ㉟ 地域の保健・医療機関の活用 健康を保持増進するためには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所や保健センターなどの保健機関、病院や診療所などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要であることについて理解できるようにする。	「保健サービスとその活用」 保健行政の役割について理解を深めるとともに、保健サービスの活用について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	㉞ 我が国の保健・医療制度 【知識・技能】 我が国には、人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し、行政及びその他の機関などから健康に関する情報、医療の供給、医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 保健行政の役割について、関連した情報を整理し、生活の質向上に向けた課題解決に応用している。 【主体的に学習に取り組む態度】 保健行政の役割について理解を深めるとともに、保健サービスの活用について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	㉞ 医薬品の制度とその活用 医薬品は、医療用医薬品、要指導医薬品、一般用医薬品の三つに大別され、承認制度によってその有効性や安全性が審査されており、販売に規制が設けられていることについて理解できるようにする。 【思考力,判断力,表現力等】 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減,生活の質の向上,健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明できるようにする。 【学びに向かう力,人間性等】 生涯を通じる健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。	「医療サービスとその活用」 我が国における医療保健のしくみについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	㉟ 地域の保健・医療機関の活用 【知識・技能】 健康を保持増進するためには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所や保健センターなどの保健機関、病院や診療所などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 医療保険のしくみ、ならびにその役割について、関連した情報を整理し、生活の質の向上に向けた取り組みを整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 我が国における医療保健のしくみについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1
		「医薬品の制度とその活用」 医薬品の正しい使用法および安全性を守るしくみについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	㉞ 医薬品の制度とその活用 【知識・技能】 医薬品は、医療用医薬品、要指導医薬品、一般用医薬品の三つに大別され、承認制度によってその有効性や安全性が審査されており、販売に規制が設けられていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 医薬品の制度とその活用について、医薬品には承認制度があり、販売に規制が設けられていることと関連付けながら、生活の質の向上のために利用の仕方を整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 医薬品の正しい使用法および安全性を守るしくみについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	1

	(エ) 様々な保健活動や社会的対策 我が国や世界では、健康を支えるために、健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われていることについて理解できるようにする。 (オ) 健康に関する環境づくりと社会参加 自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりが重要であることについて理解できるようにする。 【思考力,判断力,表現力等】 健康を支える環境づくりに関わる情報から課題を発見し、疾病等のリスクの軽減、生活の質の向上、健康を支える環境づくりなどと、解決方法を関連付けて考え、適切な整備や活用方法を選択し、それらを説明できるようにする。 【学びに向かう力,人間性等】 生涯を通じる健康について、生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりについての学習に主体的に取り組もうとすることができるようにする。	「さまざまな保健活動や社会的対策」 国際機関・民間機関などの保健活動について理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	(エ) 様々な保健活動や社会的対策 【知識・技能】 我が国や世界では、健康を支えるために、健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われているについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 国際機関や民間機関などの保健活動について、事例を通して生涯に必要な社会環境整備について整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 国際機関・民間機関などの保健活動について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
		「健康に関する環境づくりと社会参加」 健康の保持増進のための環境づくりについて理解を深める。 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	(オ) 健康に関する環境づくりと社会参加 【知識・技能】 自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりへ積極的に参加していくために、適切な情報を選択・収集して、分析・評価し計画を立てている。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康の保持増進のための環境づくりについて、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	定期考査			○	○		1
							合計
							35

高等学校 令和7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 1 組～ 6 組

教科担当者： （ 1～6組：高橋 ㊦ 鈴木 ㊦ 寺田 ㊦ ）

使用教科書： （ 大修館書店 ステップアップ高校スポーツ2024 ）

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	思	態	配当 時数
1 学 年	体づくり運動 【知識及び技能】 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、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などを理解するとともに自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活へ役立てるようにする。 【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】 体づくり運動に主体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し、合意形成に貢献しようとし、健康・安全を確保することができるようにする。	・体ほぐしの運動 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2024」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 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連していることを理解している。 【思考・判断・表現】 体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	7
	陸上競技 【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、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。 【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。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に主体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し、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとし、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、健康・安全を確保することができるようにする。	・短距離走・リレー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2024」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 高いスピードを維持して走る中間走では、体の真下近くに足を接地したり、キックした足を素早く前に運んだりするなどの動きで走ることができる。 【思考・判断・表現】 体力や技能の程度、性別等の違いを超えて仲間とともに陸上競技を楽しむための調整の仕方を見付けることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。	○	○	○	9

期	水泳 【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、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐ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。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に主体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、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、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。	・背泳ぎ 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2024」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 入水した手は、肩のローリングによって手のひらをやや下側に向けて水をとらえ、肘を曲げながらかくことができる。 【思考・判断・表現】 自己や仲間の課題を解決するための練習の計画を立てることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	4
	球技 【知識及び技能】 ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの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し、合意形成に貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。	・バレーボール 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2024」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 チームの作戦に応じた守備位置から、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 【思考・判断・表現】 練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	9

2 学 期	水泳 【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、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐ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。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に主体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、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、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。	・ バタフライ ・ 2泳法メドレー（バタフライ・背泳ぎ） 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2024」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 腕のリカバリーは、力を抜いて水面近くを横から前方に運ぶことができる。体のうねり動作に合わせたしなやかなドルフィンキックをすることができる。 【思考・判断・表現】 選択した泳法について、自己や仲間の動きを分析して、良い点や修正点を指摘することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。	○	○	○	5
	球技 【知識及び技能】 ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じ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。 ゴール型では、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し、合意形成に貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとし、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 ・ バスケットボール 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2024」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることを理解できる。 ベースボール型 守備スペースが空いた方向をねらってボールを打ち返すことができる。 ゴール型 シュートやトライをしたり、パスを受けたりにするために味方が作り出した空間に移動することができる。 【思考・判断・表現】 課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアなプレイを大切にしようとしている。	○	○	○	16

3 学 期	体育理論 【知識及び技能】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、理解することができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、課題を発見し、その解決を目指した取り組みを工夫することができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について自主的に取り組むことができるようにする。	・運動やスポーツの技能と体力及びスポーツによる障害 ・スポーツの技術と技能及びその変化 ・運動やスポーツの技能の上達過程 ・運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 (ア) 運動やスポーツの技能と体力及びスポーツによる障害 運動やスポーツの技能と体力は相互に関係していること、また、期待する成果に応じた技能や体力の高め方があることを理解している。さらに、過度な負荷や長期的な酷使がけがや病気の原因になることを理解している。 (イ) スポーツの技術と技能及びその変化 運動やスポーツの技術は、学習を通して技能として発揮されるようになること、また技術の種類に応じた学習の仕方があることを理解している。さらに、現代のスポーツの技術や戦術、ルールは用具の改良やメディアの発達に伴い変わり続けていることを理解している。 (ウ) 運動やスポーツの技能の上達過程 運動やスポーツの技能の上達過程にはいくつかの段階があり、その学習の段階に応じた練習方法や運動観察の方法、課題の設定方法などがあることを理解している。 (エ) 運動やスポーツの活動時の健康・安全の確保の仕方 運動やスポーツを行う際には、気象条件の変化など、様々な危険を予見し、回避することが求められることを理解している。 【思考・判断・表現】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて考え判断している。 【主体的に学習に取り組む態度】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	陸上競技 【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、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。 【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。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に主体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、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。	・長距離走 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2024」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 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。 【思考・判断・表現】 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに陸上競技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 陸上競技の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	8
	球技 【知識及び技能】 ゴール型では、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し、合意形成に貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、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 ・サッカー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2024」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 球技の型や種目によって必要な体力要素があり、その型や種目の技能に関連させながら体力を高めることができる。 ゴール型 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。 【思考・判断・表現】 チームでの話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアなプレイを大切にしようとしている。	○	○	○	6
							合計
							70

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 1 組～ 7 組

教科担当者： （ 1～7組：高橋 ⑩ 白石 ⑩ 鈴木 ⑩ 西野 ⑩ 寺田 ⑩ ）

使用教科書： （ 大修館書店 ステップアップ高校スポーツ2023 ）

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なるため、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	思	態	配当 時数
体づくり運動 【知識及び技能】 体を動かす楽しさや心地よさを味わい、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などを理解するとともに自己の体力や生活に応じた継続的な運動の計画を立て、実生活へ役立てるようにする。 【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】 体づくり運動に主体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など、合意形成に貢献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。	・体ほぐしの運動 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2023」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための運動例の選択とそれに基づく計画の作成及び実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることを理解している。 【思考・判断・表現】 仲間との話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見つけている。 【主体的に学習に取り組む態度】 体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	9
陸上競技 【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、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。 【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。 【学びに向かう力、人間性等】 陸上競技に主体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など、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。	・短距離走・リレー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2023」 一人1台端末の活用 等	【知識・技能】 リレーでは、大きな利得距離を得るために、両走者がスピードにのり、十分に腕を伸ばした状態でバトンを渡すことができる。 【思考・判断・表現】 課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 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。	○	○	○	9

1 学期	水泳 【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、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐことができるようになる。 【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。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に主体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、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、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。	・個人メドレー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2023」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 水泳の種目によって必要な体力要素があり、その種目の技能に関連させながら体力を高めることができる。 【思考・判断・表現】 体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに水泳を楽しむための調整の仕方を見付けることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	6
	球技 【知識及び技能】 ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの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、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イなど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。	・バレーボール 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2023」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 ボールを相手側のコートへの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 【思考・判断・表現】 球技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ることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 球技の学習に自主的に取り組もうとしている。	○	○	○	18
	水泳 【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、自己に適した泳法の効率を高めて泳ぐことができるようになる。 【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。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に主体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、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、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。	・個人メドレー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2023」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 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が理解できる。 【思考・判断・表現】 水泳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」などの生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の事故防止の心得を遵守し、危険の予測をしながら回避行動をとることなど健康・安全を確保している。	○	○	○	5

3 学 期	球技 【知識及び技能】 ベースボール型では、状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じ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。 ネット型では、状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの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、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イなど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。	・ソフトボール ・バドミントン 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2023」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 球技では、各型の各種目の局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、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理解できる。 ベースボール型 ボールの高さやコースなどにタイミングを合わせてボールをとらえることができる。 ネット型 変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすることができる。 【思考・判断・表現】 練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 フェアなプレイを大切にしようとしている。	○	○	○	18
	体育理論 【知識及び技能】 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見することができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、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】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に主体的に取り組むことができるようにする。	・ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方 ・ライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方 ・スポーツ推進のための施策と諸条件 ・豊かなスポーツライフが広がる未来の社会 教材：大修館書店 「現代高等保健体育」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 (ア) スポーツは、各ライフステージにおける身体的、心理的、社会的特徴に応じた多様な楽しみ方があること。また、その楽しみ方は、個人のスポーツに対する欲求などによっても変化することが理解できる。 (イ) 生涯にわたってスポーツを継続するためには、ライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方を見付けること、仕事と生活の調和を図ること、運動の機会を生み出す工夫をすることなどが必要であることが理解できる。 (ウ) スポーツの推進は、様々な施策や組織、人々の支援や参画によって支えられていることが理解できる。 (エ) 人生に潤いをもたらす貴重な文化的資源として、スポーツを未来に継承するためには、スポーツの可能性と問題点を踏まえて適切な「する、みる、支える、知る」などの関わりが求められることが理解できる。 【思考・判断・表現】 ライフステージにおけるスポーツの楽しみ方やライフスタイルに応じたスポーツとの関わり方について、自己や自己を取り巻く環境の変化を予想し、自己や社会についての課題を発見することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に、主体的に取り組もうとすることができる。	○	○	○	6
	球技 【知識及び技能】 ゴール型では、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、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イなど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。	・バスケットボール ・サッカー 教材：大修館書店 「ステップアップ高校スポーツ2023」 一人1 台端末の活用 等	【知識・技能】 競技会で、ゲームのルール、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が理解できる。 ゴール型 守備者とボールの間に自分の体を入れて、味方と相手の動きを見ながらボールをキープすることができる。 【思考・判断・表現】 練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすることができる。	○	○	○	8
							合計
							79