

令和8年度 年間授業計画

教科：保健体育 科目：体育 単位数：3

対象学年：第1学年

使用教材	教科書：	新高等保健体育（大修館）
	補助教材：	なし

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】	運動の合理的、計画的な実施を通して、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。
【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力を養う。
【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、後世に取り組む、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 期	単元	陸上・器械運動・ダンス	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				
	知識及び技能	指導事項	知識・技能					
	選択した種目について、技能の名称や行い方を理解し、運動技能獲得のために計画的な練習をできるようにする。	陸上（短距離・跳躍飛びなど） 器械運動（マットなど） ダンス（創作）	選択した種目について、技能の名称や行い方を理解し、運動技能獲得のために計画的な練習をすることができる。					
	思考力、判断力、表現力等	教材 教科書等	思考・判断・表現 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。					
	学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度					
	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦する。	発表や技術チェック	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。					
	単元	テニス・バレーボール（前期）	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				
	知識及び技能	指導事項	知識・技能					
	テニス・バレーボールについて、技能の名称や行い方を理解し、運動技能や作戦などの獲得のため計画的な練習をできるようにする。	バレーボール（パス・スパイク・ゲーム等） テニス（ストローク・サーブ・ラリーなど）	テニス・バレーボールについて、技能の名称や行い方を理解し、運動技能や作戦などの獲得のため計画的な練習をすることができる。					
	思考力、判断力、表現力等	教材 教科書等	思考・判断・表現 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、自己の考えたことを他者に伝える。					
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度						
健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦する。	技術チェック	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。						
単元	テニス・バレーボール（前期）	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。					
知識及び技能	指導事項	知識・技能						
テニス・バレーボールについて、技能の名称や行い方を理解し、運動技能や作戦などの獲得のため計画的な練習ができる。	バレーボール（パス・スパイク・ゲーム等） テニス（ストローク・サーブ・ラリーなど）	テニス・バレーボールについて、技能の名称や行い方を理解し、運動技能や作戦などの獲得のため計画的な練習をすることができる。						
思考力、判断力、表現力等	教材 教科書等	思考・判断・表現 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、自己の考えたことを他者に伝える。						
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度						
健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦する。	技術チェック	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。						
単元	スポーツテスト	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。					
知識及び技能	指導事項	知識・技能						
計測の正しい方法を理解し、最大限の力を発揮できるように努力する。	長距離走	計測の正しい方法を理解し、最大限の力を発揮できるように努力している。						
思考力、判断力、表現力等	教材 教科書等	思考・判断・表現 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、考えたことを他者に伝える。						
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度						
健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦する。	記録	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。						

単元の具体的な指導目標		指導項目・内容	評価規準	知	思	態	記時数	
2 学 期	単元	水泳	指導項目に対し、次の教材等を活用する。					
	知識及び技能	指導事項	知識・技能					
		基本泳法を正しく理解し、段階的な練習を重ね各種泳法を正確に早く泳ぐ。	クロール・平泳ぎ・背泳ぎの練習	基本泳法を正しく理解し、段階的な練習を重ね各種泳法を正確に早く泳げるように活動することができる。				
	思考力、判断力、表現力等	教材	思考・判断・表現					
		基本泳法を正しく理解し、段階的な練習を重ね各種泳法を正確に早く泳ぐ。	教科書等	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ている。	○	○	○	12
	学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度					
	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦する。	技術チェック	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。					
単元	水泳	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。					
知識及び技能	指導事項	知識・技能						
	基本泳法を正しく理解し、段階的な練習を重ね各種泳法を正確に早く泳ぐことができるようにする。	クロール・平泳ぎ・背泳ぎの計測	基本泳法を正しく理解し、段階的な練習を重ね各種泳法を正確に早く泳げるように活動することができる。					
思考力、判断力、表現力等	教材	思考・判断・表現						
	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られるようにする。	教科書等	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ている。	○	○	○	6	
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度						
	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦できるようにする。	技術チェック	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。					
単元	陸上・器械運動・ダンス	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。					
知識及び技能	指導事項	知識・技能						
	選択した種目について、技能の名称や行い方を理解し、運動技能獲得のために計画的な練習をできるようにする。	陸上（短距離・跳躍飛びなど）器械運動（マットなど）ダンス（創作）	選択した種目について、技能の名称や行い方を理解し、運動技能獲得のために計画的な練習をしている。					
思考力、判断力、表現力等	教材	思考・判断・表現						
	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られるようにする。	教科書等	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ている。	○	○	○	10	
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度						
	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦できるようにする。	発表や技術チェック	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。					
単元	バスケットボール・ソフトボール（後期）	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。					
知識及び技能	指導事項	知識・技能						
	バスケットボール・ソフトボールについて、技能の名称や行い方を理解し、運動技能や作戦などの獲得のため計画的な練習をできるようにする。	バスケットボール（パス・シュート・ゲーム等）ソフトボール（キャッチボール・バッティング・簡易ゲーム等）	バスケットボール・ソフトボールについて、技能の名称や行い方を理解し、運動技能や作戦などの獲得のため計画的な練習をすることができる。					
思考力、判断力、表現力等	教材	思考・判断・表現						
	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、自己の考えたことを他者に伝えられるようにする。	教科書等	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、自己の考えたことを他者に伝えている。	○	○	○	10	
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度						
	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦できるようにする。	技術チェック	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。					

単元の具体的な指導目標		指導項目・内容	評価規準	知	思	態	記号時数
単元	バスケットボール・ソフトボール（後期）	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				
知識及び技能	指導事項	知識・技能					
バドミントン・ソフトボールについて、技能の名称や行い方を理解し、運動技能や作戦などの獲得のため計画的な練習をできるようにする。		バスケットボール（バス・シュート・ゲーム等）ソフトボール（キャッチボール・バッティング・簡易ゲーム等）	バスケットボール・ソフトボールについて、技能の名称や行い方を理解し、運動技能や作戦などの獲得のため計画的な練習をすることができる。				
思考力、判断力、表現力等	教材	思考・判断・表現					
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、自己の考えたことを他者に伝えられるようにする。		教科書等	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、自己の考えたことを他者に伝えている。	○	○	○	10
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度					
健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦できるようにする。		技術チェック	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、個人や仲間の課題に挑戦している。				
単元	体育理論	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				
知識及び技能	指導事項	知識・技能					
運動やスポーツの文化的特徴を理解できるようにする。		運動・スポーツの特徴など	運動やスポーツの文化的特徴を理解している。				
思考力、判断力、表現力等	教材	思考・判断・表現					
スポーツの文化的特性や現代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判断し、他者に伝えられるようにする。		教科書等	スポーツの文化的特性や現代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判断し、他者に伝えている。	○	○	○	6
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度					
主体的に学習に取り組む、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めるようにする。		技術チェック	主体的に学習に取り組む、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んでいる。				
単元	持久走	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				
知識及び技能	指導事項	知識・技能					
体力に合わせて段階的に走る距離を調整し、走力の向上に向けた技能を身に付けることができるようにする。		2～5km走の組み合わせ	体力に合わせて段階的に走る距離を調整し、走力の向上を目指している。				
思考力、判断力、表現力等	教材	思考・判断・表現					
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られるようにする。		教科書等	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ている。	○	○	○	15
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度					
健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦できるようにする。		記録	健康・安全に留意し、主体的に運動に取り組み、お互いに助け合い、一人一人の課題に挑戦している。				
単元	体づくり	指導項目に対し、次の教材等を活用する。	次の観点別評価規準に従い評価する。				
知識及び技能	指導事項	知識・技能					
個人に合わせた体づくり運動の方法を理解し、組み合わせることができるようにする。		トレーニングなど	個人に合わせた体づくり運動の方法を理解し、組み合わせを考えている。				
思考力、判断力、表現力等	教材	思考・判断・表現					
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られるようにする。		教科書等	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、自己の考えたことを他者に伝えている。	○	○	○	9
学びに向かう力、人間性等	一人1台端末の活用場面	主体的に学習に取り組む態度					
体づくり運動に自主的に取り組むとともに、一人一人の違いに応じた動きを大切にしようとし、話し合いに貢献できるようにする。		記録	体づくり運動に自主的に取り組むとともに、一人一人の違いに応じた動きを大切にしようとし、話し合いに貢献している。				
合計							
105							