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　1 組～　6 組　女子

教科担当者：（野村・新垣）

使用教科書：（ 現代高校保健体育（大修館書店７０１）　）

教科　保健体育　の目標：　心と体を一体としてとらえ，健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して，
・生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てる。
・健康の保持増進のための実践力の育成。
・体力の向上を図り，明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

【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：　各種の運動の合理的な実践を通して，
・運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
・体の調子を整え，体力の向上を図り，公正，協力，責任などの態度を育てる。
・生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。

【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。	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。	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。

	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	・体育の授業の約束事、年間授業計画、履修未履修について、評価基準についてそれぞれ説明する。 ・各人が現状の体力を把握し、体力増進のための対策を講じる資料とする。	オリエンテーション 新体力テスト	・新体力テスト得点表に基づく	○	○	○	4
	・体育祭プログラムの学年種目を練習し、記録の向上を目指す。 招集場所等を理解する。	体育祭練習	・出席状況、授業態度により判断し評価する。	○	○	○	4
	・クロール、平泳ぎ、背泳ぎの３泳法について指導し、クロール、平泳ぎは５０ｍを、背泳ぎは２５ｍを泳ぎきれるようにする。	水泳	・入水率、授業態度、記録の３点を総合的に判断し評価する	○	○	○	8
	・ルールを覚え、サーブ、各ショットの技術を習得する。	バドミントン	・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する	○	○	○	8
2学期	・ルールを覚え、サーブ、スパイクの技術を習得する。 ・投球動作、バッティング技術を習得する。 ・ルールを覚え、サーブ、各ショットの技術を習得する。 ・ゲームを通じて、集団技能、特にパスワークについて技術を習得する。 ・ルールを覚え、パス、ドリブル、シュートの技術を習得する。	バレーボール ソフトボール バドミントン バスケットボール サッカー	・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する	○	○	○	22
	・クロール、平泳ぎ、背泳ぎの３泳法について指導し、クロール、平泳ぎは５０ｍを、背泳ぎは２５ｍを泳ぎきれるようにする。	水泳	・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する	○	○	○	22

3学期	・ゲームを通じて、集団技能、特にパスワークについいて技術を習得する。 ・ルールを覚え、パス、ドリブル、シュートの技術を習得する。	バスケットボール サッカー	・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する ・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する	○	○	○	2
							合計 70

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：　2　単位

対象学年組：第　3 学年　1 組～　6 組　男子

教科担当者：（野村・新垣）

使用教科書：（ 現代高校保健体育（大修館書店７０１）　　）

教科　保健体育　の目標：　心と体を一体としてとらえ，健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して，
・生涯にわたって計画的に運動に親しむ資質や能力を育てる。
・健康の保持増進のための実践力の育成。
・体力の向上を図り，明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

【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：　各種の運動の合理的な実践を通して，
・運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにする。
・体の調子を整え，体力の向上を図り，公正，協力，責任などの態度を育てる。
・生涯を通じて継続的に運動ができる資質や能力を育てる。

【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。	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。	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。

	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	・体育の授業の約束事、年間授業計画、履修未履修について、評価基準についてそれぞれ説明する。 ・各人が現状の体力を把握し、体力増進のための対策を講じる資料とする。	オリエンテーション 新体力テスト	・新体力テスト得点表に基づく	○	○	○	4
	・体育祭プログラムの学年種目を練習し、記録の向上を目指す。 招集場所等を理解する。	体育祭練習	・出席状況、授業態度により判断し評価する。	○	○	○	4
	・クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの４泳法について指導し、クロール、平泳ぎは５０ｍを、背泳ぎ、バタフライは２５ｍを泳ぎきれるようにする。	水泳	・入水率、授業態度、記録の３点を総合的に判断し評価する	○	○	○	8
	・ルールを覚え、各ショットの技術を習得する。	バドミントン	・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する	○	○	○	8
2学期	・ルールを覚え、各ショットの技術を習得する。 ・ゲームを通じて、集団技能、特にパスワークについいて技術を習得する。 ・ルールを覚え、サーブ、スパイクの技術を習得する。 ・ルールを覚え、パス、ドリブル、シュートの技術を習得する。 ・投球動作、バッティング技術を習得する。	バドミントン バスケットボール バレーボール サッカー ソフトボール	・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する	○	○	○	22
	・クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの４泳法について指導し、クロール、平泳ぎは５０ｍを、背泳ぎ、バタフライは２５ｍを泳ぎきれるようにする。	水泳	・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する	○	○	○	22

3学期	・ゲームを通じて、集団技能、特にパスワークについいて技術を習得する。 ・ルールを覚え、パス、ドリブル、シュートの技術を習得する。	バスケットボール サッカー	・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する ・出席状況、授業態度、技術、レポート等を総合的に判断し評価する	○	○	○	2
							合計 70