

高等学校 令和6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： 2 単位
対象学年組： 第 1 学年 N 組

使用教科書：（ 現代高等保健体育 50大修館 保体701 ）

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己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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするため、運動、体力の必要性を理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し、判断するとともに、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、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

	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	A 体づくり運動 【知識及び技能】 ・多様な体ほぐしの運動を考え、実践する力を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・手軽な運動、律動的な運動など、運動の内容や方法を自分で考えること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・「体ほぐし」の意義を理解し、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態度を養う。	・オリエンテーション ・体ほぐし運動 ・体力テスト	【知識及び技能】 ・多様な体ほぐしの運動を考え、実践する力を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・手軽な運動、律動的な運動など、運動の内容や方法を自分で考えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・「体ほぐし」の意義を理解し、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態度を養おうとしている。	○	○	○	13
	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバドミントンのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バドミントンの基本的な技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バドミントンに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養う。	・バドミントン	【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバドミントンのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バドミントンの基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バドミントンに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ーなどを大切にしようとする、互いに助け合い教えあおうとするなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13

2 学 期	A 体つくり運動 【知識及び技能】 ・スロー・キャッチなど基礎的な技能を身に付け、ゲーム中の、オフェンス・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・アルティメットに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養う。	・アルティメット	【知識及び技能】 ・スロー・キャッチなど基礎的な技能を身に付け、ゲーム中の、オフェンス・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・アルティメットに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やバスケットボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バスケットボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養う。	・バスケットボール	【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やバスケットボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バスケットボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
3 学 期	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、基本的な技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養う。	・バレーボール	【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
	C 持久走 【知識及び技能】 ・自分にあったペースを維持して一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり競走したりすることができること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・速く走るための動きなど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た取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・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、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使用することなどや、健康・安全を確保する態度を養う。	・シャトルラン ・縄跳び	【知識及び技能】 ・自分にあったペースを維持して一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり競走したりすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・速く走るための動きなど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た取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・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、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使用することなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13 合計 78

高等学校 令和6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 N 組

使用教科書：（ 現代高等保健体育 50大修館 保体701 ）

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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするた め、運動、体力の必要性を理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて思考し、判断するとともに、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、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

	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	A 体づくり運動 【知識及び技能】 ・多様な体ほぐしの運動を考え、実践する力を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・手軽な運動、律動的な運動など、運動の内容や方法を自分で考えること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・「体ほぐし」の意義を理解し、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態度を養う。	・オリエンテーション ・体ほぐし運動 ・体力テスト	【知識及び技能】 ・多様な体ほぐしの運動を考え、実践する力を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・手軽な運動、律動的な運動など、運動の内容や方法を自分で考えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・「体ほぐし」の意義を理解し、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態度を養おうとしている。	○	○	○	13
	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバドミントンのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バドミントンの基本的な技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バドミントンに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養う。	・バドミントン	【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバドミントンのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バドミントンの基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バドミントンに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ーなどを大切にしようとする、互いに助け合い教えあおうとするなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13

2 学 期	A 体づくり運動 【知識及び技能】 ・スロー・キャッチなど基礎的な技能を身に付け、ゲーム中の、オフense・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・アルティメットに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養う。	・アルティメット	【知識及び技能】 ・スロー・キャッチなど基礎的な技能を身に付け、ゲーム中の、オフense・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・アルティメットに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やバスケットボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バスケットボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養う。	・バスケットボール	【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やバスケットボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バスケットボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13

3 学期	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、基本的な技能を身に付けていること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養う。	・バレーボール	【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
	C持久走 【知識及び技能】 ・自分にあったペースを維持して一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり競走したりすることができること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・速く走るための動きなど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た取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・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、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使用することなどや、健康・安全を確保する態度を養う。	・シャトルラン ・縄跳び	【知識及び技能】 ・自分にあったペースを維持して一定の距離を走り通し、タイムを短縮したり競走したりすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・速く走るための動きなど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た取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・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、一人ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使用することなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
							合計
							78

高等学校 令和6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： 1 単位

対象学年組：第 3 学年 N 組

使用教科書：（ 現代高等保健体育 50大修館 保体701 ）

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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするた め、運動、体力の必要性を理解するとともに、基本的な技 能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に 向けて思考し、判断するとともに、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、自己の役割を果たす、一人一人の違 いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・ 安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養 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	A 体づくり運動 【知識及び技能】 ・多様な体ほぐしの運動を考え、実 践する力を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・手軽な運動、律動的な運動など、 運動の内容や方法を自分で考えるこ と。 【学びに向かう力、人間性等】 ・「体ほぐし」の意義を理解し、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態度を養 う。	・オリエンテーション ・体ほぐし運動 ・体力テスト	【知識及び技能】 ・多様な体ほぐしの運動を考え、実践する力 を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・手軽な運動、律動的な運動など、運動の内 容や方法を自分で考えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・「体ほぐし」の意義を理解し、自主的に取 り組むとともに、互いに助け合い教え合おう とする態度を養おうとしている。	○	○	○	5
	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバドミ ントンのルールを理解し、安全に練 習やゲームを行うための、正しい知 識を持ち、バドミントンの基本的な 技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向 けた取り組みを工夫し、自己の考えた ことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バドミントンに自主的に取り組む とともに、フェアなプレーを大切に 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こ と、一人一人の違いに応じたプレー 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 となどや、健康・安全を確保する 態度を養う。	・バドミントン	【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバドミントンの ルールを理解し、安全に練習やゲームを行う ための、正しい知識を持ち、バドミントンの 基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫 し、自己の考えたことを他者に表現してい る。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バドミントンに自主的に取り組むととも に、フェアなプレーを大切にしようとするこ と、作戦などについての話し合いに貢献しよ うとすること、一人一人の違いに応じたプレー などを大切にしようとする、互いに助け 合い教えあおうとすることなどや、健康・安 全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	5

A 体づくり運動 【知識及び技能】 ・スロー・キャッチなど基礎的な技能を身に付け、ゲーム中の、オフense・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・アルティメットに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養う。	・アルティメット	【知識及び技能】 ・スロー・キャッチなど基礎的な技能を身に付け、ゲーム中の、オフense・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・アルティメットに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	10
B 球技種目 【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やバスケットボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バスケットボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養う。	・バスケットボール	【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やバスケットボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バスケットボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレー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ー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などや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	10

3 学 期	B 球技種目	・ バレーボール	【知識及び技能】 ・ ネット型のゲームの特性やバレーボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・ バレーボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようとするこ と、作戦などについての話し合いに貢献しよう とすること、一人一人の違いに応じたプレー などを大切にしようとするこ、互いに助け 合い教え合おうとすることなどや、健康・安全 を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	4
	C持久走	・ シャトルラン ・ 縄跳び	【知識及び技能】 ・ 自分にあったペースを維持して一定の距離 を走り通し、タイムを短縮したり競走したり することができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・ 速く走るための動きなどの自己や仲間の課 題を発見し、合理的・計画的な解決に向けた 取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者 に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・ 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 ひとりの違いに応じた課題や挑戦を大切に使 用とすることなどや、健康・安全を確保する 態度を養おうとしている。	○	○	○	5
							合計
							39

高等学校 令和6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 N 組

使用教科書：（ 現代高等保健体育 50大修館 保体701 ）

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己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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようにするた め、運動、体力の必要性を理解するとともに、基本的な技 能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理的な解決に 向けて思考し、判断するとともに、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、自己の役割を果たす、一人一人の違 いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・ 安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養 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	A 体づくり運動 【知識及び技能】 ・多様な体ほぐしの運動を考え、実 践する力を身に付けること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・手軽な運動、律動的な運動など、 運動の内容や方法を自分で考えるこ と。 【学びに向かう力、人間性等】 ・「体ほぐし」の意義を理解し、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態度を養 う。	・オリエンテーション ・体ほぐし運動	【知識及び技能】 ・多様な体ほぐしの運動を考え、実践する力 を身に付けている。 【思考力、判断力、表現力等】 ・手軽な運動、律動的な運動など、運動の 内容や方法を自分で考えている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・「体ほぐし」の意義を理解し、自主的に取 り組むとともに、互いに助け合い教え合おう とする態度を養おうとしている。	○	○	○	13
	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバレー ボールのルールを理解し、安全に練 習やゲームを行うための、正しい知 識を持ち、基本的な技能を身に付け ること。 【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・計画的な解決に向 けた取り組みを工夫し、自己の考 えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バレーボールに自主的に取り組む とともに、フェアなプレーを大切に 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 こと、一人一人の違いに応じた プレーなどを大切にしようとする、互 いに助け合い教えあおうとするこ となどや、健康・安全を確保する 態度を養う。	・バレーボール	【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やバドミントンの ルールを理解し、安全に練習やゲームを行う ための、正しい知識を持ち、バドミントンの 基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫 し、自己の考えたことを他者に表現してい る。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バドミントンに自主的に取り組むととも に、フェアなプレーを大切にしようとするこ と、作戦などについての話し合いに貢献しよ うとすること、一人一人の違いに応じた プレーなどを大切にしようとする、互いに助 け合い教えあおうとすることなどや、健康・ 安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13

2 学 期	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やフットサルのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養う。	・アルティメット	【知識及び技能】 ・スロー・キャッチなど基礎的な技能を身に付け、ゲーム中の、オフフェンス・ディフェンスなどの具体的な攻防の場面を想定して、互いに協力して、有効な動きを身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・アルティメットに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教えあおうということなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
		・テニス	【知識及び技能】 ・ネット型のゲームの特性やテニスのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、テニスの基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・テニスに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
3 学 期	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けること。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現すること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教え合おうということなどや、健康・安全を確保する態度を養う。	・バスケットボール	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やバスケットボールのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バスケットボールに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教えあおうということなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
		・フットサル	B 球技種目 【知識及び技能】 ・ゴール型のゲームの特性やフットサルのルールを理解し、安全に練習やゲームを行うための、正しい知識を持ち、バスケットボールの基本的な技能を身に付けている。 【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・計画的な解決に向けた取り組みを工夫し、自己の考えたことを他者に表現している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・フットサルに自主的に取り組むとともに、フェアなプレーを大切にしようということ、作戦などについての話し合いに貢献しようということ、一人一人の違いに応じたプレーなどを大切にしようということ、互いに助け合い教えあおうということなどや、健康・安全を確保する態度を養おうとしている。	○	○	○	13
				○	○	○	78
							合計