年間授業計画　新様式例

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～　7 組

教科担当者：（１組～７組：渡辺・吉田）

使用教科書：（ 第一学習社　高等学校保健体育　　）

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，基本的技能を身に付けている。

【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，他者に伝える力を身に付けている。

【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理解し、実践しようとしている。

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、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付けている。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、基本的な運動技能を身に付けている。	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、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝えている。また、個人の運動に関する課題を発見し、その解決を目指して総合的に思考し判断しているとともに、それらを実践している。	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとしている。また、健康を大切にし、自他の安全に留意することや健康的な体づくりについての学習に、主体的に取り組もうとしている。

	単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	配当時数
1学期	A　器械運動 【知識及び技能】 身体の動かし方を理解し、様々な技を習得する。 【思考力、判断力、表現力等】 器械運動における基本的な技を組み合わせて連続技にて表現する。 【学びに向かう力、人間性等】 練習習得計画、ルール理解、準備、片付けができる。	・指導事項：体の使い方を理解し、技の習得を行う。ストレッチ運動を用いて柔軟性を高める。 ・教材　ホワイトボード ・動画活用	【知識・技能】 身体の動かし方を理解し、様々な技を習得している。 【思考力、判断力、表現力等】 器械運動における基本的な技を組み合わせて連続技にて表現している。 【学びに向かう力、人間性等】 練習習得計画、周囲と技の確認、助言をすることができる。	○	○	○	10
	B　テニス 【知識及び技能】 テニスにおけるサーブ、基本的なショットの技能を習得する。 【思考力、判断力、表現力等】 テニスにおけるルール理解しゲーム運びやダブルスで協力する力を身に付ける。技能テクニック習得のための工夫や協力する力を身に付ける。 【学びに向かう力、人間性等】 練習習得計画の作成やルール理解、準備や片付けなど積極的に行うことができる。	・指導事項：運動量を確保しながらルール理解、特殊な戦術を数多く習得できる。正確なサーブとショット力を向上させ、相手を動かすゲーム展開ができるようにする。 ・教材　ホワイトボード ・動画活用	【知識・技能】 練習方法の理解・様々なショットを多用化した攻撃テクニックができる。 【思考・判断・表現】 ゲーム場面においての相手のポジション把握、ゲーム判断力、ルール厳守の中での工夫した攻撃ができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 基礎テクニックを学んだあとに、ゲームで工夫して練習での技能向上ができる。	○	○	○	10
	C　水泳 【知識及び技能】 ４泳法の技能習得や記録測定ができる。 【思考力、判断力、表現力等】 水泳で練習方法を工夫して技能テクニック習得のための工夫や協力する力を身に付ける。 【学びに向かう力、人間性等】 練習習得計画やルール理解、準備、片付けができる。	・指導事項：遠泳で体力ベース向上、４泳法を基本としたそれぞれの技能習得を行う。泳力を向上させるための練習方法、テクニックを学習する。 ・ビート板、ドルフィンキック、ストップウォッチ ・動画活用	【知識・技能】 4泳法の動作を習得しタイム測定などができる。 【思考・判断・表現】 4泳法技能習得のための練習の工夫、泳力向上のための科学的筋力トレーニングへの取り組みができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 記録測定を通じ毎回の練習から記録向上を意識させ達成感を得る。周囲との協力での活動ができている。	○	○	○	10
2学期	Dサッカー 【知識及び技能】サッカーにおける各種パス、ドリブル、パスの技能習得する。 【思考力、判断力、表現力等】 サッカーにおけるルール理解、チームでのゲーム運び、協力する力を身に付ける。 【学びに向かう力、人間性等】 練習習得計画、ルール理解、準備、片付けができる。	・指導事項。サッカーの運動量を確保しながらルール理解、特殊な戦術を数多く習得できる。各種パス・ドリブル・パスを向上させ、パスでのゲーム展開ができるようにする。 ・教材　ホワイトボード ・動画活用	【知識・技能】 練習方法の理解・パス・ドリブル・シュートを実践の中で活用することができる。 【思考・判断・表現】 ゲーム場面においてのポジションチェック、ゲーム判断力、ルール厳守の中での工夫した攻撃や守備力を発揮することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 基礎テクニックを学んだあとに、チーム練習でのフォーメーションバリエーションの工夫や練習での技能向上が身についている。	○	○	○	10
	E　アルティメット 【知識及び技能】 アルティメットにおけるパス、キャッチの技能を習得する。 【思考力、判断力、表現力等】 アルティメットにおけるルールを理解しチームでのゲーム運びや協力する力を身に付ける。 【学びに向かう力、人間性等】 練習習得計画の作成やルール理解、準備や片付けなど積極的に行うことができる。	・指導事項：運動量を確保しながらルール理解、特殊な戦術を数多く習得できる。正確なパスとキャッチ力を向上させ、パスでのゲーム展開ができるようにする。 ・教材　ホワイトボード ・動画活用	【知識・技能】 練習方法の理解・様々なパスを多用化した攻撃テクニックができる。 【思考・判断・表現】 ゲーム場面においてのポジションチェック、ゲーム判断力、ルール厳守の中での工夫した攻撃や守備ができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 基礎テクニックを学んだあとに、チーム練習でのフォーメーションバリエーションの工夫して練習での技能向上ができる。	○	○	○	10
3学期	F　持久走体つくり 【知識及び技能】 全身持久力の向上や体力向上、記録測定ができる。 【思考力、判断力、表現力等】 全身持久力を前向きに取り組み、練習方法を工夫して体力向上のための工夫ができる。 【学びに向かう力、人間性等】 タイム測定やペース管理、準備、片付けなどができる。	・指導事項：走運動で体力ベース向上、ペース走、インターバル走、追い越し走を学習する。 ・ストップウォッチ ・記録用紙活用	【知識・技能】 タイム測定ができる。 【思考・判断・表現】 グループでのタイムキーパー制持久力トレーニングを集団で完走できる。 【主体的に学習に取り組む態度】 記録測定を通じ毎回の練習から記録向上を意識させ達成感を得る。周囲との協力での活動ができている。	○	○	○	10
	G　予習種目、体つくり、体育理論(年間)	・指導事項：生涯スポーツの取り組み、安全管理、体力向上、健康志向を学習し	【知識・技能】 生涯スポーツに向けた種目の技能習得ができる。				

	【知識及び技能】 体つくり運動で体力向上、体育理論を理解する。 【思考力、判断力、表現力等】 授業内での教科書を活用した生涯スポーツへの取り組みができる。 【学びに向かう力、人間性等】 健康安全管理や生涯スポーツの意義を理解する。	安全管理、体力向上、健康志向を学習している。 ・教科書 ・ICT、動画、チームス活用	生涯スポーツに向けた種目の技能習得ができる。 【思考・判断・表現】 グループでの活動から健康志向への取り組み方を理解している。 【主体的に学習に取り組む態度】 グループで安全確認をしながらの健康に向けた様々な生涯スポーツへの取り組みを思考し実行している。	○	○	○	10 合計 70