

高等学校 令和8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 A組～H組

教科担当者：（A～H組：石渡、田口、久保、浅原、久保田、山本）

使用教科書：（「ステップアップ高校スポーツ」（大修館書店））

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。	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
<p>単元：体づくり運動</p> <p>【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、目的に合った運動の計画を立て取り組むことができる。</p> <p>【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。</p> <p>【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などや、健康・安全を</p>	<p>・指導事項 オリエンテーション 集団行動 ラジオ体操 基礎運動 体力テスト ・教材 新体力テスト実施要領 ・一人1台端末の活用 等 小テストや課題提出等</p>	<p>【知識・運動】 体づくり運動では、自己のねらいに応じて、効果的な成果を得るための適切な運動の行い方があることについて、言ったり書き出したりにしている。</p> <p>【思考・判断・表現】 生活様式や体力の程度を踏まえ、自己のねらいに応じた運動の計画を立案している。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとしている。 一人ひとりの違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	9
<p>【知識及び技能】 種目の特性を理解して計画的、合理的な実践ができる。</p> <p>【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力の育成。課題解決に向けて解決方法を探索して授業計画を立てることができる。</p> <p>【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、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする。リーダーとして積極的に取り組む</p>	<p>バレーボール、バスケットボール、バドミントン、サッカー、ソフトボール、テニス、卓球</p>	<p>【知識・技能】 種目の授業計画を合理的、実践的に計画している。（ワークシート提出）</p> <p>【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ている。</p> <p>【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・安全を確保しようとしている。他者と協力している。</p>	○	○	○	30
<p>【知識及び技能】 勝敗を競う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、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。</p> <p>【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。</p> <p>【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。</p>	<p>バレーボール、バスケットボール、バドミントン、サッカー、ソフトボール、テニス、卓球、ニュースポーツ</p>	<p>【知識・技能】 種目の授業計画を合理的、実践的に計画している。（ワークシート提出） 集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出している。</p> <p>【思考・判断・表現】 提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に仲間の課題や出来栄を伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 マナーを守ったり相手の検討を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。他者と協力している。</p>	○	○	○	45

	と、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保すること。						
3 学 期	<p>単元：球技（種目選択制）</p> <p>【知識及び技能】 勝敗を競う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、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開すること。</p> <p>【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。</p> <p>【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事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事、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事、互いに助け合い教え合おうと</p>	バレーボール、バスケットボール、バドミントン、サッカー、ソフトボール、テニス、卓球、ニュースポーツ	<p>【知識・技能】 種目の授業計画を合理的、実践的に計画している。（ワークシート提出） 集団対集団、個人対個人で攻防を展開し、勝敗を競う楽しさや喜びを味わえる特性があることについて、言ったり書き出している。</p> <p>【思考・判断・表現】 提示された動きのポイントやつまずきの事例を参考に仲間の課題や出来栄を伝えている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 球技の学習に積極的に取り組もうとしている。 マナーを守ったり相手の検討を認めたりして、フェアなプレイを守ろうとしている。 他者と協力している。</p>	○	○	○	16
	<p>単元：体育理論</p> <p>【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。</p> <p>【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、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。</p> <p>【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の学習に主体的に取り組むこと。</p>	バレーボール、バスケットボール、バドミントン、サッカー、ソフトボール、テニス、卓球、ニュースポーツ	<p>【知識・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している。</p> <p>【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思考し判断するとともに、他者に伝えている。</p> <p>【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。</p>	○	○	○	5
							合計
							105