

桜町 高等学校 令和7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 A 組

使用教科書：（ 『現代高等保健体育』（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
1 学 期	A 体づくり運動 【知識及び運動】 ・定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があること。 ・運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがなければ、自分に合っているかなどの運動の原則があること。 ・仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定すること。 ・体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともに体づくり運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとすること。 ・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こと。 ・自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○ラジオ体操 ○筋力トレーニング ○ストレッチ体操 など、身体づくり・体づくりのための運動 ・一人1台端末の活用 フォームチェック時の動画撮影や情報収集を行う	【知識・運動】 ・定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・運動を計画して行う際は、どのようなねらいをもつ運動か、偏りがなければ、自分に合っているかなどの運動の原則があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通して、気付いたり関わり合ったりしている。 【思考・判断・表現】 ・ねらいや体力の程度を踏まえ、自己や仲間の課題に応じた強度、時間、回数、頻度を設定している。 ・体力の程度や性別等の違いに配慮して、仲間とともに体づくり運動を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・体づくり運動の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。 ・自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	4
	E 球技（バレーボール） 【知識】 ・ネット型球技であるバレーボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 【技能】 ・サービスでは、ボールをねらった場所に打つこと。 ・ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すこと。 ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを上げること。 ・ネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バレーボールについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・バレーボールに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと。 ・ルールを守り試合において勝敗を受け入れたらする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともにバレーボールを楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バレーボールの学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとすること。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとすること。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○スキル練習 パス練習（アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、サーブトスアップ、スパイク、ブロック） 個人・ペア、グループ練習 ○戦術練習 2人組、3～6人のグループによる戦術練習 ○試合形式 2～6人のグループによるミニコート（バドミントンコート）～フルコートのゲーム ・教材 ボール バレーボールコート バドミントンコート ・一人1台端末の活用 スキルアップのための動画撮影等	【知識】 ・ネット型球技であるバレーボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・サービスでは、ボールをねらった場所に打つことができる。 ・ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを上げることができる。 ・ネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすることができる。 【思考・判断・表現】 ・バレーボールについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・バレーボールに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・ルールを守り試合において勝敗を受け入れたらする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともにバレーボールを楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バレーボールの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	10

[illegible]

	・ダンスの学習成果を踏まえて、目玉に選した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・ダンスの学習に自主的に取り組もうとすること。 ・仲間に課題を伝え合ったり教え合ったりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・作品創作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表現や交流、発表の仕方などを大切にしようとする。 ・健康・安全を確保すること。						しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・ダンスの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・仲間に課題を伝え合ったり教え合ったりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・作品創作などについての話し合いに貢献しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた表現や交流、発表の仕方などを大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。
2学期	E 球技（バドミントン） 【知識】 ・バドミントンにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・サーブでは、シャトルをねらった場所に打つこと。 ・シャトルを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すこと。 ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にシャトルを上げること。 ・ラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むこと。 ・ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バドミントンについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やベアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バドミントンの学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 ストローク練習（アンダーハンドストロークサイドアームストローク、オーバーヘッドストローク） フライング練習（ロブ、クリア、スマッシュ、ドライブ、ヘアピン等） サーブ練習（アンダーハンド、バックハンド） ペアでのラリー練習 ○戦術練習 2～4人組のグループによるゲーム形式での戦術練習 フライングの打ち分け ○試合形式 シングルスゲーム ダブルスのゲーム ・教材 シャトル ラケット マーカー バドミントンコート ・一人1台端末の活用 スキルアップのための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・バドミントンにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・サーブでは、シャトルをねらった場所に打つことができる。 ・シャトルを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にシャトルを上げることができる。 ・ラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 ・ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 【思考・判断・表現】 ・バドミントンについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やベアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バドミントンの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	10
	E 球技（ソフトボール） 【知識】 ・ソフトボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運	・指導事項 ○個人スキル練習 キャッチボール バッティング練習（スイング練習、ティーバッティング、トスバッティング等） 守備練習（スローイング、キャッチング） ピッチング練習	【知識】 ・ソフトボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分				

	動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・身体の軸を安定させてバットを振りぬくこと。 ・タイミングを合わせてボールを捉えること。 ・ねらった方向にボールを打ち返すこと。 ・打球や守備の状況に応じた塁の回り方で、塁を進んだり戻ったりすること。 ・捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ること。 ・ねらった方向へステップを踏みながら、一連の動きでボールを投げること。 ・仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり、中継したりすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・ソフトボールについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やチーム・打順、守備位置等の作戦についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【学びに向かう力、人間性等】 ・ソフトボールの学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・バットやボールなど用具の使い方や危険性を理解したうえで、健康・安全を確保すること。	○グループ練習 攻撃練習（フリーバッティング、走塁練習等） 守備練習（個人ノック、シートノック等） ○試合形式 手打ち野球でのゲーム 三角ベースでのゲーム 通常ルールでのゲーム ・教材 バット グローブ ソフトボール ベース マーカー B B 5 用ボール バッティングティー ・一人1 台端末の活用 バッティング技術、ピッチングスキル向上のための動画撮影 ルールの定着および、試合内容向上のための動画撮影等	練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・身体の軸を安定させてバットを振りぬくことができる。 ・タイミングを合わせてボールを捉えることができる。 ・ねらった方向にボールを打ち返すことができる。 ・打球や守備の状況に応じた塁の回り方で、塁を進んだり戻ったりすることができる。 ・捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ることができる。 ・ねらった方向へステップを踏みながら、一連の動きでボールを投げることができる。 ・仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり、中継したりすることができる。 【思考・判断・表現】 ・ソフトボールについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチーム・打順、守備位置等の作戦についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・ソフトボールの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・バットやボールなど用具の使い方や危険性を理解したうえで、健康・安全を確保している。	○	○	○	10
	C 陸上競技（長距離走） 【知識】 ・長距離走で用いられる技術の名称があり、それぞれの技術には、記録の向上につながる重要な動きのポイントがあること。 ・技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快に走ること。 ・呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ること。 ・自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・長距離走について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・長距離走に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに長距離走を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けていること。 ・長距離走の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの長距離走を継続して楽しむための関わり方を見付けていること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・長距離走の学習に自主的に取り組もうとすること。 ・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。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○有酸素運動に対する理解を深めるための資料活用 ○心拍数測定の方法 ○呼吸法 ○運動の強度について ○目標設定の方法 ○ペース走 ○時間走（5～1 5 5 分間） ・教材 タイマー ワークシートおよび記録用紙 ・一人1 台端末の活用 楽に長い時間走るためのランニングフォームの発見・技術向上のための動画撮影 記録の管理等	【知識】 ・長距離走で用いられる技術の名称があり、それぞれの技術には、記録の向上につながる重要な動きのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快に走ることができる。 ・呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ることができる。 ・自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。 【思考・判断・表現】 ・長距離走について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・長距離走に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに長距離走を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・長距離走の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの長距離走を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・長距離走の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	8

3 学 期							
	E 球技（テニス） 【知識】 ・テニスにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・サービスでは、ボールをねらった場所に打つこと。 ・ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すこと。 ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを打ち分けること。 ・ラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むこと。 ・ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。 【思考力・判断力・表現力等】 ・テニスについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やベアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・テニスの学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする事。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする事。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 ストローク練習（フォアハンドストローク、バックハンドストローク等） ストロークの打ち分け（トップスピン、スライス） スマッシュ練習 サービス練習 ボレー練習 ベアでのラリー練習 ○戦術練習 2人組～4人のグループによるゲーム形式での戦術練習 ボーチ練習 ○試合形式 シングルスゲーム ダブルスのゲーム ・教材 テニスボール ラケット マーカ 簡易ネット テニスコート ・一人1台端末の活用 スキルアップのための動画撮影 個人及びグループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・テニスにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・サービスでは、ボールをねらった場所に打つことができる。 ・ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを打ち分けることができる。 ・ラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 ・ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 【思考・判断・表現】 ・テニスについて、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やベアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・テニスの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保している。				10
							合計
							70

年間授業計画

校町 高等学校 令和7年度（1学年用） 教科 保健体育 科目 保健

教科：保健体育 科目：保健

単位数：1 単位

対象学年組：第1学年 A組

使用教科書：（現代高等保健体育（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 保健 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】
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付ける。	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目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、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	A 単元（現代社会と健康） 【知識及び技能】 現代社会の健康課題について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会の健康課題について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを説明・表現できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会の健康課題について、より安全な社会生活の実現を視野に、諸課題を主体的に解決しようとする。	【指導事項】 ・健康の考え方と成り立ち ・私たちの健康のすがた 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・我が国の死亡率、受療率、平均寿命、健康寿命など各種の指標や疾病構造の変化を通して国民の健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・健康水準及び疾病構造の変化には、科学技術の発達、及び生活様式や労働形態を含む社会の状況が関わっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・健康水準の向上、疾病構造の変化に伴い個人や集団の健康についての考え方も変化してきていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・免疫、遺伝、生活行動などの主体要因と自然、経済、文化、保健・医療サービスなどの環境要因が互いに影響し合いながら健康の成立に関わっていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・健康の考え方について健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして自他や社会の課題を発見している。 ・国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。 ・健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康の考え方について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
		【指導事項】 ・生活習慣病の予防と回復 ・がんの原因と予防 ・がんの治療と回復 ・運動と健康 ・食事と健康 ・休養・睡眠と健康 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 定期的な健康診断やがん検診などを受診することが必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・がんは、肺がん、大腸がん、胃がんなど様々な種類があり、生活習慣のみならず細菌やウイルスの感染などの原因もあることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・生活習慣病などの予防と回復には、個人の取組とともに健康診断やがん検診の普及、正しい情報の発信など社会的な対策が必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・生活習慣病などの予防と回復について健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして自他や社会の課題を発見している。 ・生活習慣病などの予防と回復について習得した知識を基に自他の生活習慣や社会環境を分析し、リスクの軽減と生活の質の向上に必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 ・生活習慣病などの予防と回復について自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 生活習慣病とその予防について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	7

	【指導事項】 ・喫煙と健康 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・喫煙は生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることや、喫煙による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・喫煙の防止について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 喫煙について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2	
定期考査 考査返却			○	○	○	2	
A 単元（現代社会と健康）	【知識及び技能】 現代社会の健康課題について、課題の解決に役立つ基礎的な事項及びそれらと生活とのかかわりを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 現代社会の健康課題について、課題の解決を目指して、知識を活用した学習活動などにより、総合的に考え、判断し、それらを説明・表現できるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 現代社会の健康課題について、より安全な社会生活の実現を視野に、諸課題を主体的に解決しようとする。	【指導事項】 ・飲酒と健康 ・薬物乱用と健康 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・飲酒は生活習慣病などの要因となり心身の健康を損ねることや、飲酒による健康課題を防止するには、正しい知識の普及、健全な価値観の育成などの個人への働きかけ及び法的な整備も含めた社会環境への適切な対策が必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・コカイン、MDMAなどの麻薬、覚醒剤、大麻など薬物の乱用は、心身の健康、社会の安全などに対して深刻な影響を及ぼすことから、決して行ってはならないことについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・薬物乱用を防止するには正しい知識の普及、健全な価値観や規範意識の育成などの個人への働きかけ及び法的な規制や行政的な対応など社会環境への対策が必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・飲酒と薬物乱用の防止について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・飲酒・薬物乱用の防止について、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 飲酒と薬物乱用について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
	【指導事項】 ・精神疾患の特徴 ・精神疾患の予防 ・精神疾患からの回復 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・精神疾患は精神機能の基盤となる心理的、生物的または社会的な機能の障害などが原因となり、認知、情動、行動などの不調により精神活動が不全になった状態であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・うつ病、統合失調症、不安症、摂食障害などは誰もが罹患しうることで、若年で発症する疾患が多いこと、適切な対処により回復し生活の質の向上が可能であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・精神疾患の予防と回復には、身体の健康と同じく適切な運動、食事、休養及び睡眠など調和のとれた生活を実践すること、早期に心身の不調に気付くこと、心身に起こった反応については体ほぐしの運動などのリラクゼーションの方法でストレスを緩和することなどが重要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・心身の不調時には、不安、抑うつ、焦燥、不眠などの精神活動の変化が通常時より強く持続的に生じること、心身の不調の早期発見と治療や支援の早期の開始によって回復可能性が高まることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・人々が精神疾患について正しく理解するとともに専門家への相談や早期の治療などを受けやすい社会環境を整えることが重要であること、偏見や差別の対象ではないことについて理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・精神疾患の予防と回復について健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして自他や社会の課題を発見している。 ・精神疾患の予防と回復について習得した知識を基に、心身の健康を保ち、不調に早く気付くために必要な個人の取組や社会的な対策を整理している。 ・精神疾患の予防と回復について自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして筋道を立てて説明している。	○	○	○	3	

学期			を立てて説明している。				
		【主体的に学習に取り組む態度】 精神疾患の予防とその回復について課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。					
		【指導事項】 ・現代の感染症 ・感染症の予防 ・性感染症・エイズとその予防 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・感染症は時代や地域によって自然環境や社会環境の影響を受け、発生や流行に違いが見られること、その際交差網の発達により短時間で広がりやすくなっていること、また新たな病原体の出現、感染症に対する社会の意識の変化等によって腸管出血性大腸菌（O157 等）感染症、結核などの新興感染症や再興感染症の発生や流行が見られることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・感染症のリスクを軽減し予防するには、衛生的な環境の整備や検疫、正しい情報の発信、予防接種の普及など社会的な対策とともにそれらを前提とした個人の取組が必要であること、エイズ及び性感染症についてもその原因及び予防のための個人の行動選択や社会の対策について理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・現代の感染症とその予防について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして自他や社会の課題を発見している。 ・感染症の発生や流行には時代や地域によって違いがみられることについて事例を通して整理し、感染のリスクを軽減するための個人の取組及び社会的な対策に応用している。 ・現代の感染症とその予防について自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったりノートなどに記述したりして筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 現代の感染症とその予防について課題の解決に	○	○	○	3
		【指導事項】 ・健康に関する意思決定・行動選択 ・健康に関する環境づくり 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・健康を保持増進するにはヘルスプロモーションの考え方に基づき、適切な意思決定や行動選択により疾病等のリスクを軽減することを含め、自らの健康を適切に管理することが必要であるとともに環境づくりが重要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・適切な意思決定や行動選択には個人の知識、価値観、心理状態、及び人間関係などを含む社会環境が関連していることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・健康を保持増進するための環境には自然環境及び政策や制度、地域活動などの様々な社会環境があることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・健康の考え方について健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして自他や社会の課題を発見している。 ・国民の健康課題について、我が国の健康水準の向上や疾病構造の変化に関するデータや資料に基づいて分析し、生活の質の向上に向けた課題解決の方法をヘルスプロモーションの考え方を踏まえて整理している。 ・健康の考え方について、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったりノートなどに記述したりして筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康の考え方について課題の解決に向けた学習	○	○	○	2
	定期考査 考査返却			○	○	○	2
	B 単元（安全な社会生活）	【指導事項】 ・事故の現状と発生要因 ・安全な社会の形成 ・交通における安全 ・時間の流れに沿った防災・避難計画を知ろう 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・事故は、地域・職場・家庭・学校など様々な場面において発生していること、事故の発生には周りの状況の把握及び判断、行動や心理などの人的要因、気象条件、施設・設備、車両、法令、制度、情報体制などの環境要因などが関連していることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・事故を防止したり事故の発生に伴う傷害等を軽減したりすることを目指す安全な社会の形成には、交通安全、防災、防犯などを取り上げて、法的な整備などの環境の整備、環境や状況に応じた適切な行動などの個人の取組、及び地域の連携などが必要であることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・交通事故を防止するには自他の生命を尊重するとともに、自分自身の心身の状態や周りの環境、車両の特性などを把握すること及び個人の適切な行動、交通環境の整備が必要であること	○	○	○	4

3 学 期		について理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・安全な社会づくりについて、安全に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして自他や社会の課題を発見している。 ・安全な社会づくりについて、様々な事故や災害の事例から安全に関する情報を整理し、環境の整備に応用している。 ・交通安全について、習得した知識を基に事故につながる危険を予測し回避するための自他や社会の取組を評価している。 ・安全な社会づくりについて、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして筋道を立てて説明している。	○	○	○	1
	【指導事項】 ・応急手当の意義とその基本 ・日常的な応急手当 ・心肺蘇生法 ・心肺蘇生法（実習） 【使用教材】 ・教科書 ・自作作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・適切な応急手当は傷害や疾病の悪化を防いだり、傷病者の苦痛を緩和したりすることについて理解したことを言ったり書いたりしている。 ・自他の生命や身体を守り、不慮の事故災害に対応できる社会をつくるには一人一人が適切な連絡・通報や運搬も含む応急手当の手順や方法を身に付けるとともに自ら進んで行う態度が必要であること、さらに社会の救急体制の整備を進めること、救急体制を適切に利用することが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・日常生活で起こる傷害や熱中症などの疾病の際には、それに応じた体位の確保・止血・固定などの基本的な応急手当の方法や手順があることを実習を通して理解し、応急手当ができるようになる。 ・心肺停止状態においては急速に回復の可能性が失われつつあり、速やかな気道確保、人工呼吸、胸骨圧迫、AED（自動体外式除細動器）の使用などが必要であること及び方法や手順について、実習を通して理解したことを言ったり書いたりし、AEDなどを用いて心肺蘇生法ができる。 【思考・判断・表現】 ・応急手当について安全に関わる原則や概念を基に整理したり個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・応急手当について習得した知識や技能を事故や災害で生じる傷害や疾病に関連付けて、悪化防止のための適切な方法に応用している。 ・応急手当について、自他や社会の課題の解決方法とそれを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 応急手当について課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	4
	定期考査 考査返却		○	○	○	2
						合計 35

年間授業計画 新様式

桜町 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 A組

使用教科書：（『現代高等保健体育』（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 時 数
A 体づくり運動 【知識及び技能】 ・実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあること。 ・定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があること。 ・課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための運動例の選択とそれに基づく計画の作成及び実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・仲間との話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けること。 ・運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を提案すること。 ・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・体づくり運動の学習に主体的に取り組もうとすること。 ・仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとすること。 ・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、健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○ラジオ体操 ○筋力トレーニング ○ストレッチ体操 など、身体づくり・体力づくりのための運動 ・一人1台端末の活用 フォームチェック時の動画撮影や情報収集を行う	【知識・技能】 ・実生活への取り入れ方には、自己のねらいに応じた様々な運動の計画などがあることについて、言ったり書き出したりしている。 ・定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための運動例の選択とそれに基づく計画の作成及び実践、学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思考・判断・表現】 ・仲間との話し合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 ・運動に取り組む場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方を工夫して提案している。 ・体力の程度や性別等の違いを超えて、仲間とともに体づくり運動を楽しむための調整の仕方を見付けている。 【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。 ・仲間に課題を伝え合うなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとしている。 ・課題解決に向けて話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	4
E 球技（ハンドボール） 【知識】 ・ゴール型球技であるハンドボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 ・味方が操作しやすいパスを送ること。 ・守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすること。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・ハンドボールに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・ルールを守り、勝敗を受け入れる場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・ハンドボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して行うこと。	・指導事項 ○個人スキル練習 - スロー練習（オーバーハンド、サイドハンド、アンダーハンド、クイックジャンプスロー等） - 個人・ペア、グループでのパス練習（スクエアパス、2線、3線のランニングパス等） ○戦術練習 2人組、3～6人のグループによる攻撃・守備戦術練習（シュート練習、フォーメーション練習） - ボール保持の練習 ○試合形式 3～6人のグループでのゲーム - ハーフコートでのゲーム - フルコートゲーム ・教材 ボール コーン・マーカー ハンドボールコート ハンドゴール ・一人1台端末の活用 スロー、ジャンプシュート、パスコントロール技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・ハンドボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 ・味方が操作しやすいパスを送ることができる。 ・守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。 【思考・判断・表現】 ・ハンドボールに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り、勝敗を受け入れる場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・ハンドボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・ハンドボールの学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	10

1 学期	方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・ハンドボールの学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。				
E 球技（サッカー）	・指導事項 ○個人スキル練習 キック練習（インサイドキック、インサイドキック、アウトサイドキック等） 個人・ペア、グループでのパス練習 ドリブル練習 シュート練習 ○戦術練習 2人組、3～6人のグループによる攻撃・守備戦術練習 ボール保持の練習 ○試合形式 3～6人のグループでのゲーム ミニコート、フットサルコート、ハーフコートのゲーム ・教材 ボール コーン・マーカー フットサルゴール・コート サッカーゴール・コート ・一人1台端末の活用 キック、ボールコントロール技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・サッカーにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通して学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 ・防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶことができる。 ・空いた空間に向かってボールをコントロールして運ぶことができる。 ・得点を取るためのフォーメーションやセットプレイなどのチームの役割に応じた動きをすることができる。 ・チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手のボールを奪うための動きをすることができる。 【思考・判断・表現】 ・チームや自己の課題を解決するための練習の計画を立てている。 ・練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案している。 ・チームでの学習で、状況に応じてチームや自己の役割を提案している。 ・チームでの話合いの場面で、合意を形成するための調整の仕方を見付けている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けている。 ・サッカーの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・サッカーの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを大切に、仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	10
F 武道（剣道）	・指導事項 ○基本スキルの向上 ・基本動作の確認（礼儀作法、足さばき） ・防具の付け方 ・発声の練習（気剣体の一致）、残心 ○素振り ・打突部位の理解 ・面、小手、胴 ○二人一組での打ち込み練習 ・竹刀打ち ・防具をつけての打ち込み ○グループでの打ち込み練習 ・連続での打突 ・足掛け、応じ技	【知識、技能】 ・武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることについて、言ったり書き出したりしている。 ・武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・構えでは相手の動きの変化に応じた自然体で中段に構えることができる。 ・体さばきでは、相手の動きの変化に応じて体の移動を行うことができる。 ・基本の打突の仕方と受け方では、体さばきや竹刀操作を用いて打ったり、応じ技へ発展するよう受けたりすることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ・見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。				

	改善すべきポイントとその埋田を仲間に伝えること。 ・相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っていること。 ・選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・武道の学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする事。 ・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事。 ・健康・安全を確保すること。	○打ち込み稽古 ○互角稽古 ○試合形式 ・技の理解 ・審判方法の理解 ◎教材 ・有効打突習得に必要な動画 ・一人1 台端末の活用 個人及びグループでのスキルアップのための動画撮影等	・相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っている。 ・選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	8
2 学 期	E 球技（バドミントン） 【知識】 ・バドミントンにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 ・競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあること。 【技能】 ・サービスでは、シャトルをねらった場所に打つこと。 ・強打に対応して、面を合わせてレシーブすること。 ・シャトルを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すこと。 ・仲間と連動してネット付近でシャトルの侵入を防いだり、打ち返したりすること。 ・ラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むこと。 ・ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バドミントンについて、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘すること。 ・課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見すること。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案すること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともにバドミントンを楽しむための調整の仕方を見付けること。 ・バドミントンの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バドミントンの学習に主体的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする事。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを大切に、仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 ストローク練習（アンダーハンドストローク、サイドアームストローク、オーバーヘッドストローク） フライト練習（ロブ、クリア、スマッシュ、ドライブ、ヘアピン、カット、ドロップ等） サービス練習（アンダーハンド、バックハンド） ペアでのラリー練習 ○戦術練習 2人組～4人のグループによるゲーム形式での戦術練習 フライトの打ち分け ○試合形式 シングルスゲーム ダブルスのゲーム ・教材 シャトル ラケット マーカー バドミントンコート ・一人1 台端末の活用 スキルアップのための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・バドミントンにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通した学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。。 ・競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・サービスでは、シャトルをねらった場所に打つことができる。 ・強打に対応して、面を合わせてレシーブすることができる。 ・シャトルを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 ・仲間と連動してネット付近でシャトルの侵入を防いだり、打ち返したりすることができる。 ・ラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 ・ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをすることができる。 【思考力・判断力・表現力】 ・バドミントンについて、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 ・課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見している。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・練習やゲームを行う場面で、チームや自己の活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案している。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともにバドミントンを楽しむための調整の仕方を見付けている。 ・バドミントンの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バドミントンの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを大切に、仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	10

	E 球技（バスケットボール） 【知識】 ・バスケットボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 ・味方が操作しやすいパスを送ること。 ・守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすること。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バスケットボールに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・ルールを守り、勝敗を受け入れる場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・バスケットボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バスケットボールの学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 ・ドリブル練習（その場、左右交互、ジグザグ、ビポットフットを用いたドリブル等） ・パス練習（チェストパス、バウンドパス等） ・個人、ペア、グループでのパス練習（ツーマン・スリーメンのランニングパス等） ・シュート練習（セットシュート、ジャンプシュートレイアップシュート、3点シュート、フリースロー等） ○グループスキル練習 ・2人～5人のグループによる攻撃（パス・シュート）練習 ・ボール保持の練習 ○試合形式 ・3～5人のグループでのミニゲーム（ハーフコート、3on3コートを使用） ・フルコートゲーム ・教材 ボール コーン・マーカー ビブス・バスケットゴール・コート ・一人1台端末の活用 パス、シュート技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・バスケットボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 ・味方が操作しやすいパスを送ることができる。 ・守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。 【思考・判断・表現】 ・バスケットボールに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り、勝敗を受け入れる場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・バスケットボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バスケットボールの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	10
	C 陸上競技（長距離走） 【知識】 ・長距離走では、課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、記録会などを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりすること。 ・技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりすること。 ・自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりすること。 【技能】 ・呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ること。 ・自分で設定したペースの変化や仲間のペースに応じて、ストライドやピッチを切り替えて走ること。 ・自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ること。 【思考・判断・表現】 ・長距離走について、自己や仲間の動きを分析して良い点や修正点を指摘すること。 ・課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見すること。 ・練習や競技会の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方提案すること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて仲間とともに長距離走を楽しむための調整の仕方を見付けること。 ・長距離走の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。	・指導事項 ○有酸素運動に対する理解を深めるための資料活用 ○心拍数測定の方法 ○呼吸法 ○運動の強度について ○目標設定の方法 ○ペース走 ○時間走（7～20分間） ・教材 タイマー ワークシートおよび記録用紙 ・一人1台端末の活用 楽に長い時間走るためのランニングフォームの発見・技術向上のための動画撮影 記録の管理等	【知識】 ・長距離走では、課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、記録会などを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりして理解している。 ・技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・呼吸を楽にしたり、走りのリズムを作ったりする呼吸法を取り入れて走ることができる。 ・自分で設定したペースの変化や仲間のペースに応じて、ストライドやピッチを切り替えて走ることができる。 ・自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。 【思考・判断・表現】 ・長距離走について、自己や仲間の動きを分析して良い点や修正点を指摘している。 ・課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見している。 ・練習や競技会の場面で、自己や仲間の危険を回避するための活動の仕方提案している。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて仲間とともに長距離走を楽しむための調整の仕方を見付けている。 ・長距離走の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・長距離走の学習に主体的に取り組もうとしている。（有酸素運動を理解している）	○	○	○	8

	の運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・長距離走の学習に主体的に取り組むこと。（有酸素運動を理解する） ・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。 ・役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること。 ・無理のない目標設定をすること、危険の予測をしながら回避行動をとることなど、健康・安全を確保すること。						
3 学 期	E 球技（卓球） 【知識】 ・卓球において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・サービスでは、ボールをねらった場所に打つこと。 ・ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すこと。 ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを打ち分けること。 ・ラケットを強く振って、ネットより遠い位置から相手側のコートに打ち込むこと。 ・ダブルスにおいて、ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・卓球について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やペアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・卓球の学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 ストローク練習（フォアハンドストローク、バックハンドストローク等） ストロークの打ち分け（ドライブ、ツッツキ） スマッシュ練習 サービス練習 （回転の打ち分け：順回転、逆回転） ペアでのラリー練習 （ストレート、クロス） ○戦術練習 ・三球攻撃など ・2人～4人のグループによるゲーム形式での戦術練習 ○試合形式 シングルのゲーム ダブルスのゲーム ・教材 卓球ボール ラケット 卓球台、ネット ・一人1台端末の活用 スキルアップのための動画撮影 個人及びグループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・卓球において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・サービスでは、ボールをねらった場所に打つことができる。 ・ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 ・攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にボールを打ち分けることができる。 ・ラケットを強く振って、ネットより遠い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 ・ダブルスにおいて、ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。 【思考・判断・表現】 ・卓球について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やペアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・卓球の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。				10
							合計
							70

年間授業計画

校町 高等学校 令和7年度（2学年用） 教科 保健体育 科目 保健

教科：保健体育 科目：保健

対象学年組：第 2 学年 A 組

使用教科書：（ 現代高等保健体育（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 保健	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】
個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付ける。	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目的や状況に応じて他者に伝える力を養う。	生涯を通じて自他の健康の保持増進やそれを支える環境づくりを目指し、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	A 単元（生涯を通じる健康） 【知識・技能】 生涯を通じる健康について、健康課題や対策について理解したことを言ったり書いたりするようにする。 【思考・判断・表現】 生涯を通じる健康について、自他の社会の課題や影響、サービスの活用などを説明する。 【学びに向かう力、人間性】 生涯の各段階における健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとする。	【指導事項】 ・ライフステージと健康 ・思春期と健康 ・性意識と性行動の選択	【知識・技能】 ・思春期における心身の発達や性的成熟に伴う身体面、心理面、行動面などの変化に関わり、健康課題が生じることがあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・思春期の心身の変化に対応して、自分の行動への責任感や異性を理解したり尊重したりする態度が必要であること、及び性に関する情報等への適切な対処が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・生涯の各段階における健康について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・思春期と健康について、習得した知識を基に、心身の発達や性的成熟に伴う健康課題を解決するために、性に関わる情報を適切に整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯の各段階における健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	3
		【指導事項】 ・妊娠・出産と健康 ・避妊法と人工妊娠中絶 ・結婚生活と健康	【知識・技能】 ・結婚生活について、心身の発達や健康の保持増進の観点から理解したことを言ったり書いたりしている。 ・受精、妊娠、出産とそれに伴う健康課題について、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・家族計画の意義や人工妊娠中絶の心身への影響などについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・結婚生活を健康に過ごすには、自他の健康に対する責任感、良好な人間関係や家族や周りの人からの支援、及び母子の健康診査の利用や保健相談などの様々な保健・医療サービスの活用が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・結婚生活と健康について、習得した知識を基に、結婚生活に伴う健康課題の解決や生活の質の向上に向けて、保健・医療サービスの活用方法を整理している。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯の各段階における健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	4

	【指導事項】 ・中高年期と健康 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・中高年期を健やかに過ごすためには、若いときから、健康診断の定期的な受診などの自己管理を行うこと、生きがいをもつこと、運動やスポーツに取り組むこと、家族や友人などとの良好な関係を保つこと、地域における交流をもつことなどが関係することについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・高齢期には、加齢に伴い、心身の機能や形態が変化すること、その変化には個人差があること、疾病や事故のリスクが高まること、健康の回復が長期化する傾向にあることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・高齢社会では、認知症を含む疾病等への対処、事故の防止、生活の質の保持、介護などの必要性が高まることなどから、保健・医療・福祉の連携と総合的な対策が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・加齢と健康について、習得した知識を基に、中高年期の疾病や事故のリスク軽減のための個人の取組と社会的対策を評価している。 ・生涯の各段階における健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯の各段階における健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	2
定期考査 考査返却			○	○	○	2
A 単元 （生涯を通じる健康） 【知識・技能】 生涯を通じる健康について、健康課題や対策について理解したことを言ったり書いたりするようにする。 【思考・判断・表現】 生涯を通じる健康について、自他の社会の課題や影響、サービスの活用などを説明する。 【学びに向かう力、人間性】 生涯の各段階における健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとする。	【指導事項】 ・働くことと健康 ・労働災害と健康 ・健康的な職業生活 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・労働による傷害や職業病などの労働災害は、作業形態や作業環境の変化に伴い質や量に変化してきたことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・労働災害を防止するには、作業形態や作業環境の改善、長時間労働をはじめとする過重労働の防止を含む健康管理と安全管理が必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・働く人の健康の保持増進は、職場の健康管理や安全管理とともに、心身両面にわたる総合的、積極的な対策の推進が図られることで成り立つことについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・働く人の日常生活においては、積極的に余暇を活用するなどして生活の質の向上を図ることなどで健康の保持増進を図っていくことが重要であることについて、を理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・労働と健康について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・働く人の健康の保持増進について、習得した知識を基に、生活の質の向上を図ることと関連付けて課題解決の方法に活用している。	○	○	○	4

		たろうと、環境汚染は健康に悪影響を及ぼす。 ・労働災害と健康について、習得した知識を基に、労働災害の防止に向けて、個人の取組と社会的対策を整理している。 ・労働と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 労働と健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。				
B 単元 （健康を支える環境づくり） 【知識・技能】 健康を支える環境づくりにおいて、課題や防止などを理解したことを言ったり書いたりしようとする。 【思考・判断・表現】 環境を支える環境づくりにおいて健康への影響や環境汚染防止のための方法について課題を発見し、筋道を立て、説明する。 【主体的に学習に取り組む態度】 環境と健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとする。	【指導事項】 ・大気汚染と健康 ・水質汚濁、土壌汚染と健康 ・環境と健康にかかわる対策 ・ごみの処理と上下水道の整備 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・人間の生活や産業活動は、大気汚染、水質汚濁、土壌汚染などの自然環境汚染を引き起こし、健康に影響を及ぼしたり被害をもたらしたりすることがあるということについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・健康への影響や被害を防止するためには、汚染物質の排出をできるだけ抑制したり、排出された汚染物質を適切に処理したりすることなどが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・健康への影響や被害を防止するために環境基本法などの法律等が制定されており、環境基準の設定、排出物の規制、監視体制の整備などの総合的・計画的対策が講じられていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・上下水道の整備、ごみやし尿などの廃棄物を適切に処理する等の環境衛生活動は、自然環境や学校・地域などの社会生活における環境、及び人々の健康を守るために行われていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・環境と健康について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・人間の生活や産業活動などによって引き起こされる自然環境汚染について、事例を通して整理し、疾病等のリスクを軽減するために、環境汚染の防止や改善の方策に応用している。 ・環境と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合っ	○	○	○	5

	たり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 環境と健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。				
【指導事項】 ・食品の安全性 ・食品衛生にかかわる活動 ・保健サービスとその活用 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成プリント ・ICT端末	【知識・技能】 ・人々の健康を支えるためには、食品の安全性を確保することが重要であり、食品の安全性が損なわれると、健康に深刻な被害をもたらすことがあり、食品の安全性を確保することは健康の保持増進にとって重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・食品の安全性を確保するために、食品衛生法などの法律等が制定されており、様々な基準に基づいて食品衛生活動が行われていることや、食品の製造・加工・保存・流通など、各段階での適切な管理が重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・食品衛生に関わる健康被害の防止と健康の保持増進には、適切に情報を公開、活用するなど行政・生産者・製造者・消費者などが互いに関係を保ちながら、それぞれの役割を果たすことが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・我が国には、人々の健康を支えるための保健・医療制度が存在し、行政及びその他の機関などから健康に関する情報、医療の供給、医療費の保障も含めた保健・医療サービスなどが提供されていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・食品と健康について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・食品の安全性と食品衛生に関わる活動について、習得した知識を自他の日常生活に適用して、健康被害の防止と健康を保持増進するための計画を立てている。 ・食品と健康について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 ・保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・食品と健康について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。 ・保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	4

3 学 年		【指導事項】 ・医療サービスとその活用 ・医療品の制度とその活用 【使用教材】 ・教科書 ・自校作成 ・ICT端末	【知識・技能】 ・健康を保持増進するためには、検診などを通して自己の健康上の課題を的確に把握し、地域の保健所や保健センターなどの保健機関、病院や診療所などの医療機関、及び保健・医療サービスなどを適切に活用していくことなどが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・医薬品は、医療用医薬品、要指導医薬品、一般用医薬品の三つに大別され、承認制度によってその有効性や安全性が審査されており、販売に規制が設けられていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・疾病からの回復や悪化の防止には、個々の医薬品の特性を理解した上で、使用法に関する注意を守り、正しく使うことが必要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・医薬品の制度とその活用について、医薬品には承認制度があり、販売に規制が設けられていることと関連付けながら、生活の質の向上のために利用の仕方を整理している。 ・保健・医療制度及び地域の保健・医療機関について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。	○	○	○	3
	定期考査 考査返却			○	○	○	2
		【指導事項】 ・さまざまな保健活動や社会的対策 ・健康に関する環境づくりと社会参加	【知識・技能】 ・我が国や世界では、健康を支えるために、健康課題に対応して各種の保健活動や社会的対策が行われていることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・様々な保健活動や社会的対策について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・地域の保健・医療機関やスポーツ施設の活用の仕方について、関連した情報を整理し、生活の質の向上に向けた課題解決に応用している。 ・様々な保健活動や社会的対策について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・様々な保健活動や社会的対策について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。 ・健康に関する環境づくりと社会参加について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○		1

期		【指導事項】 ・健康に関する環境づくりと社会参加	【知識・技能】 ・自他の健康を保持増進するには、ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりが重要であることについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 ・一人一人が健康に関心をもち、健康を支える適切な環境づくりに積極的に参加していくことが必要であり、そのことが自分を含めた世界の人々の健康の保持増進につながることにについて、理解したことを言ったり書いたりしている。 【思考・判断・表現】 ・健康に関する環境づくりと社会参加について、健康に関わる原則や概念を基に整理したり、個人及び社会生活と関連付けたりして、自他や社会の課題を発見している。 ・ヘルスプロモーションの考え方に基づいた、健康に関する環境づくりに積極的に参加していくために、適切な情報を選択・収集して、分析・評価し計画を立てている。 ・健康に関する環境づくりと社会参加について、自他や社会の課題の解決方法と、それを選択した理由などを話し合ったり、ノートなどに記述したりして、筋道を立てて説明している。 【主体的に学習に取り組む態度】 健康に関する環境づくりと社会参加について、課題の解決に向けた学習に主体的に取り組もうとしている。	○	○	○	3
	定期考査 考査返却			○	○	○	2
							合計
							35

年間授業計画 新様式

桜町 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 A 組

使用教科書：（ 『現代高等保健体育』（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
	A 体づくり運動 【知識及び運動】 ・実生活で運動を継続するには、行いやすい、無理のない計画であるなどが大切であること。 ・豊かなスポーツライフの実現は、地域などとのコミュニケーションを広げたり、余暇を充実させたりするなど生活の質を高めることにもつながること。 ・調和のとれた体力の向上を図ったり、選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。 【思考力、判断力、表現力等】 ・課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成をするための関わり方を見付け、仲間に伝えること。 ・動きの組み合わせ方、仲間との関わり方、安全上の留意点などの発見した課題を、合理的に解決できるよう知識を活用したり、応用したりすること。 ・体づくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けすること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・互いの心の変化に気付いたり、仲間の動きをよく見たりして、仲間に課題を伝え合いながら取り組もうとすること。 ・体の動きには体力や性別、障害の有無等に応じた違いがあることを受け入れ、大切にしようとしている。 ・自己や仲間の課題の解決の場面で、自己の考えを述べたり相手の話を聞いたりするなど、話合いに責任をもって関わろうとすること。	・指導事項 ○ラジオ体操 ○筋力トレーニング ○ストレッチ体操 など、身体づくり・体力づくりのための運動 ・一人1台端末の活用 フォームチェック時の動画撮影や情報収集を行う	【知識・運動】 ・実生活で運動を継続するには、行いやすい、無理のない計画である、などが大切であることについて、言ったり書き出したりしている。 ・豊かなスポーツライフの実現は、地域などとのコミュニケーションを広げたり、余暇を充実させたりするなど生活の質を高めることにもつながることについて、言ったり書き出したりしている。 ・調和のとれた体力の向上を図ったり、選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むことについて、言ったり書き出したりしている。 【思考・判断・表現】 ・課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成をするための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 ・動きの組み合わせ方、仲間との関わり方、安全上の留意点などの発見した課題を、合理的に解決できるよう知識を活用したり、応用したりしている。 ・体づくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・互いの心の変化に気付いたり、仲間の動きをよく見たりして、仲間に課題を伝え合いながら取り組もうとしている。 ・体の動きには体力や性別、障害の有無等に応じた違いがあることを受け入れ、大切にしようとしている。 ・自己や仲間の課題の解決の場面で、自己の考えを述べたり相手の話を聞いたりするなど、話合いに責任をもって関わろうとしている。	○	○	○	5

1 学 期	E 球技（アルティメット） 【知識】 ・ゴール型球技であるアルティメットにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 【技能】 ・味方がキャッチしやすいパスを送ること。 ・ディスクの回転や風の向きを考慮してキャッチすること。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること。 ・ディスク保持者とパスを受ける相手を結んだ直線上で守ること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・アルティメットに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・ルールを守り、勝敗を受け入れる場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・アルティメットの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・アルティメットの学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 スロー練習 （バックハンドスロー、フォアハンドスロー等） ペア、グループでのパス練習 （スクエアパス、ランニングパス等） ○戦術練習 3～6人のグループによる攻撃・守備戦術練習 （パス練習、フォーメーション練習） ○試合形式 3～6人のグループでのゲーム ・教材 ディスク コーン・マーカー ・一人1台端末の活用 パスコントロール技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・アルティメットにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・味方がキャッチしやすいパスを送ることができる。 ・ディスクの回転や風の向きを考慮してキャッチすることができる。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 ・ディスク保持者とパスを受ける相手を結んだ直線上で守ることができる。 【思考・判断・表現】 ・アルティメットに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り、勝敗を受け入れる場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・アルティメットの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・アルティメットの学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	12
	E 球技（サッカー） 【知識】 ・サッカーにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 ・競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあること。 【技能】 ・状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって、空間への侵入などから攻防をすること。 ・防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶこと。 ・シュートをしたり、パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 キック練習（インサイドキック、インステップキック、アウトサイドキック等） 個人・ペア、グループでのパス練習 ドリブル練習 シュート練習 ○戦術練習 2人組、3～6人のグループによる攻撃・守備戦術練習 ボール保持の練習 ○試合形式 3～6人のグループでのゲーム ミニコート、フットサルコート、ハーフコートのゲーム ・教材 ボール コーン・マーカー フットサルゴール・コート サッカーゴール・コート	【知識】 ・サッカーにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・競技会で、ゲームのルール、運営の仕方や役割に応じた行動の仕方、全員が楽しむためのルール等の調整の仕方などがあることについて、学習した具体例を挙げている。 【技能】 ・状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって、空間への侵入などから攻防をすることができる。 ・防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶことができる。 ・シュートをしたり、パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動することができる。 ・チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手の				

	と。 ・チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手のボールを奪うための動きをすること。 【思考力・判断力・表現力等】 ・サッカーでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・サッカーの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・サッカーの学習に主体的に取り組むこと。 ・チームで作戦などを話し合う場面で、合意形成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、仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。	・一人1台端末の活用 キック、ボールコントロール技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	ボールを奪うための動きをすることができる。 【思考・判断・表現】 ・サッカーでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・サッカーの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・サッカーの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・チームで作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 ・一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にし、仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	12
E 球技（テニス）	【知識】 ・テニスにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 【技能】 ・サービスでは、ボールに変化をつけて打つこと。 ・ボールを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すこと。 ・ボールに回転をかけて打ち出したり、回転に合わせて返球したりすること。 ・ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・テニスでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やペアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・テニスの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・テニスの学習に主体的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとする。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 ストローク練習（フォアハンドストローク、バックハンドストローク等） ストロークの打ち分け（トップスピン、スライス） スマッシュ練習 サービス練習 ボレー練習 ペアでのラリー練習 ○戦術練習 2人組～4人のグループによるゲーム形式での戦術練習 ボーチ練習 ○試合形式 シングルのゲーム ダブルスのゲーム ・教材 テニスボール ラケット マーカー 簡易ネット テニスコート ・一人1台端末の活用 スキルアップのための動画撮影 個人及びグループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・テニスにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・サービスでは、ボールに変化をつけて打つことができる。 ・ボールを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 ・ボールに回転をかけて打ち出したり、回転に合わせて返球したりすることができる。 ・ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをすることができる。 【思考・判断・表現】 ・テニスでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やペアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・テニスの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・テニスの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	12

E 球技（ハンドボール） 【知識】 ・ハンドボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 ・味方が操作しやすいパスを送ること。 ・相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープすること。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ること。 ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開すること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・ハンドボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・ハンドボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・相手を尊重するなどの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課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする事。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとする事。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 スロー練習（オーバーハンド、サイドハンド、アンダーハンド、クイックジャンプスロー等） 個人・ペア、グループでのパス練習（スクエアパス、2線、3線のランニングパス等） ○戦術練習 2人組、3～6人のグループによる攻撃・守備戦術練習（シュート練習、フォーメーション練習） ボール保持の練習 ○試合形式 3～6人のグループでのゲーム ハーフコートのゲーム フルコートゲーム ・教材 ボール コーン・マーカー ハンドボールコート ハンドゴール ・一人1台端末の活用 スロー、ジャンプシュート、パスコントロール技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・ハンドボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 ・味方が操作しやすいパスを送ることができる。 ・相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープすることができる。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ることができる。 ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開することができる。 【思考・判断・表現】 ・ハンドボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・ハンドボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	16
F 武道（柔道） 【知識】 ・武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であること。 ・武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があること。 【技能】 ・姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むこと。 ・崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくること。 ・進退動作では、相手の動きの変化に応じたすり足、歩み足、継ぎ足で、体の移動をすること。 ・相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っていること。 ・選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けていること。	・指導事項 ○基本スキルの向上 礼法、基本動作の確認 ○受け身の練習 ・後ろ受け身、横受け身、前回り受け身 ・崩しと体さばきを使った受け身の練習 ○投げ技、抑え技の練習 ○かかり練習 ○約束練習 ○自由練習 ○見取り稽古 ○試合形式 ・技の理解 ・審判方法の理解 ◎教材 ・技の判定基準と禁止事項の把握に必要な動画 ・一人1台端末の活用 個人及びグループでのスキルアップのための動画撮影等	【知識】 ・武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることについて、言ったり書き出したりしている。 ・武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むことができる。 ・崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。 ・進退動作では、相手の動きの変化に応じたすり足、歩み足、継ぎ足で、体の移動をすることができる。 ・相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 【思考・判断・表現】 ・見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っている。 ・選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を実践している。	○	○	○	9

助の力法や修正の工夫を見付けること。 ・武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けられること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・武道の学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする。 ・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。 ・健康・安全を確保すること。		・相手を尊重し、伝統的な行動の工夫を大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。	
E 球技（バスケットボール） 【知識】 ・バスケットボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 ・味方が操作しやすいパスを送ること。 ・相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープすること。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ること。 ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開すること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バスケットボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けられること。 ・バスケットボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けられること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・相手を尊重するなどの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課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	○指導事項 ○個人スキル練習 ・ドリブル練習（その場、左右交互、ジグザグ、ピボットフットを用いたドリブル等） ・パス練習（チェストパス、バウンドパス等） ・個人、ペア、グループでのパス練習（ツーマン・スリーマンのランニングパス等） ・シュート練習（セットシュート、ジャンプシュートレイアップシュート、3点シュート、フリースロー等） ○グループスキル練習 ・ボール保持の練習 ・2人～5人のグループによる攻撃（パス・シュート）練習 ・2人～5人のグループによる守備（マンツーマン・ゾーン）練習 ○試合形式 ・3～5人のグループでのミニゲーム（ハーフコート、3on3コートを使用） ・フルコートゲーム ・教材 ボール コーン・マーカー ビブス・バスケットゴール・コート ・一人1台端末の活用 パス、シュート技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・バスケットボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることについて、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 ・味方が操作しやすいパスを送ることができる。 ・相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープすることができる。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ることができる。 ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開することができる。 【思考・判断・表現】 ・バスケットボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・バスケットボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。	○ ○ ○ 16

3	C 陸上競技（長距離走） 【知識】 ・長距離走では、課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、記録会などを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 ・技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快に走ること。 ・自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ること。 ・自分で設定したペースの変化や仲間のペースに応じて、ストライドやビッチを切り替えて走ること。 【思考・判断・表現】 ・長距離走について、自己や仲間の動きを分析して良い点や修正点を指摘すること。 ・課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見し、課題を解決するための練習の計画を立てること。 ・練習や競技会の場面で、自己や仲間の活動を振り返り、よりよいルールやマナーについて提案すること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて仲間とともに長距離走を楽しむための調整の仕方を見付けること。 ・長距離走の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けること。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・適切な目標設定で、長距離走の学習に主体的に取り組むこと。 ・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。 ・役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする。 ・危険の予測をしながら回避行動をとることなど、健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○有酸素運動に対する理解を深めるための資料活用 ○心拍数測定の方法 ○呼吸法 ○運動の強度について ○目標設定の方法 ○ペース走 ○時間走（7～20分間） ・教材 タイマー ワークシートおよび記録用紙 ・一人1台端末の活用 楽に長い時間走るためのランニングフォームの発見・技術向上のための動画撮影 記録の管理等	【知識】 ・長距離走では、課題解決の方法には、自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、記録会などを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 ・技術と関連させた運動や練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・自己の動きや仲間の動き方を分析するには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・リズムカルに腕を振り、力みのないフォームで軽快に走ることができる。 ・自己の体力や技能の程度に合ったペースを維持して走ることができる。 ・自分で設定したペースの変化や仲間のペースに応じて、ストライドやビッチを切り替えて走ることができる。 【思考・判断・表現】 ・長距離走について、自己や仲間の動きを分析して良い点や修正点を指摘している。 ・課題解決の過程を踏まえて、自己や仲間の新たな課題を発見し、課題を解決するための練習の計画を立てている。 ・練習や競技会の場面で、自己や仲間の活動を振り返り、よりよいルールやマナーについて提案している。 ・体力や技能の程度、性別等の違いを超えて仲間とともに長距離走を楽しむための調整の仕方を見付けている。 ・長距離走の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・適切な目標設定で、長距離走の学習に主体的に取り組んでいる。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとることなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	7
---	---	--	---	---	---	---	---

学 期	E 球技（バドミントン） 【知識】 ・バドミントンにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 【技能】 ・サービスでは、相手が返球しにくい軌道で打つこと。 ・シャトルを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すこと。 ・仲間と連動してネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすること。 ・相手の攻撃の変化に応じて、ペアとタイミングを合わせて守備位置を移動すること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バドミントンでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やペアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・バドミントンの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バドミントンの学習に主体的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとする。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 ストローク練習（アンダーハンドストローク、サイドアームストローク、オーバーヘッドストローク） フライング練習（ロブ、クリア、スマッシュ、ドライブ、ヘアピン、カット、ドロップ等） サービス練習（アンダーハンド、バックハンド） ペアでのラリー練習 ○戦術練習 2人組～4人のグループによるゲーム形式での戦術練習 フライングの打ち分け ○試合形式 シングルのゲーム ダブルスのゲーム ・教材 シャトル ラケット マーカー バドミントンコート ・一人1台端末の活用 スキルアップのための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・バドミントンにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・サービスでは、相手が返球しにくい軌道で打つことができる。 ・シャトルを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 ・仲間と連動してネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすることができる。 ・相手の攻撃の変化に応じて、ペアとタイミングを合わせて守備位置を移動することができる。 【思考・判断・表現】 ・バドミントンでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やペアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・バドミントンの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バドミントンの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	8
--------	--	---	--	---	---	---	---

	E 球技（バレーボール） 【知識】 ・バレーボールにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 【技能】 ・サービスでは、ボールに変化をつけて打つこと。 ・変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすること。 ・移動を伴うつなぎのボールに対応して、攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にトスを上げること。 ・チームの作戦に応じた守備位置から、拾ったりつないだり打ち返したりすること。 ・仲間と連携した攻撃の際に、ポジションに応じて相手を引き付ける動きをすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バレーボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・バレーボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バレーボールの学習に主体的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとする。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○スキル練習 パス練習（アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、サーブトスアップ、スパイク、ブロック） 個人・ペア、グループ練習 ○戦術練習 2人組、3～6人のグループによる戦術練習 ○試合形式 2～6人のグループによるミニコート（バドミントンコート）～フルコートのゲーム ・教材 ボール バレーボールコート バドミントンコート ・一人1台端末の活用 スキルアップのための動画撮影等	【知識】 ・バレーボールにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・サービスでは、ボールに変化をつけて打つことができる。 ・変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすることができる。 ・移動を伴うつなぎのボールに対応して、攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にトスを上げることができる。 ・チームの作戦に応じた守備位置から、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 ・仲間と連携した攻撃の際に、ポジションに応じて相手を引き付ける動きをすることができる。 【思考・判断・表現】 ・バレーボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・バレーボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バレーボールの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	8 合計 105
--	--	---	--	---	---	---	---

【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 体育探究 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なるため、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
	A 体づくり運動 【知識及び運動】 ・実生活で運動を継続するには、行いやすい、無理のない計画であるなどが大切であること。 ・豊かなスポーツライフの実現は、地域などとのコミュニケーションを広げたり、余暇を充実させたりするなど生活の質を高めることにもつながること。 ・調和のとれた体力の向上を図ったり、選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むこと。 【思考力、判断力、表現力等】 ・課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成をするための関わり方を見付け、仲間に伝えること。 ・動きの組み合わせ方、仲間との関わり方、安全上の留意点などの発見した課題を、合理的に解決できるよう知識を活用したり、応用したりすること。 ・体づくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けすること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・互いの心の変化に気付いたり、仲間の動きをよく見たりして、仲間に課題を伝え合いながら取り組もうとすること。 ・体の動きには体力や性別、障害の有無等に応じた違いがあることを受け入れ、大切にしようとしている。 ・自己や仲間の課題の解決の場面で、自己の考えを述べて相手話を聞いたりするなど、話合いに責任をもって関わろうとすること。	・指導事項 ○ラジオ体操 ○筋力トレーニング ○ストレッチ体操 など、身体づくり・体力づくりのための運動 ・一人1台端末の活用 フォームチェック時の動画撮影や情報収集を行う	【知識・運動】 ・実生活で運動を継続するには、行いやすい、無理のない計画である、などが大切であることについて、言ったり書き出したりしている。 ・豊かなスポーツライフの実現は、地域などとのコミュニケーションを広げたり、余暇を充実させたりするなど生活の質を高めることにもつながることについて、言ったり書き出したりしている。 ・調和のとれた体力の向上を図ったり、選択した運動やスポーツの場面で必要とされる体の動きを高めたりするために、効率のよい組み合わせやバランスのよい組み合わせで運動の計画を立てて取り組むことについて、言ったり書き出したりしている。 【思考・判断・表現】 ・課題を解決するために仲間と話し合う場面で、合意形成をするための関わり方を見付け、仲間に伝えている。 ・動きの組み合わせ方、仲間との関わり方、安全上の留意点などの発見した課題を、合理的に解決できるよう知識を活用したり、応用したりしている。 ・体づくり運動の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を生涯にわたって楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・互いの心の変化に気付いたり、仲間の動きをよく見たりして、仲間に課題を伝え合いながら取り組もうとしている。 ・体の動きには体力や性別、障害の有無等に応じた違いがあることを受け入れ、大切にしようとしている。 ・自己や仲間の課題の解決の場面で、自己の考えを述べて相手話を聞いたりするなど、話合いに責任をもって関わろうとしている。	○	○	○	5
	E 球技（アルティメット） 【知識】 ・ゴール型球技であるアルティメットにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 【技能】 ・味方がキャッチしやすいパスを送ること。 ・ディスクの回転や風の向きを考慮してキャッチすること。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること。 ・ディスク保持者とパスを受ける相手を結んだ直線上で守ること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・アルティメットに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返ること。 ・ルールを守り、勝敗を受け入れる場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返ること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けすること。 ・アルティメットの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	・指導事項 ○個人スキル練習 - スロー練習（バックハントスロー、フォアハントスロー等） - ベア、グループでのパス練習（スクエアパス、ランニングパス等） ○戦術練習 3～6人のグループによる攻撃・守備戦術練習（パス練習、フォーメーション練習） ○試合形式 3～6人のグループでのゲーム ・教材 ディスク コーン・マーカー ・一人1台端末の活用 パスコントロール技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・アルティメットにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・味方がキャッチしやすいパスを送ることができる。 ・ディスクの回転や風の向きを考慮してキャッチすることができる。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。 ・ディスク保持者とパスを受ける相手を結んだ直線上で守ることができる。 【思考・判断・表現】 ・アルティメットに必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・ルールを守り、勝敗を受け入れる場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・アルティメットの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・アルティメットの学習に主体的に取り組もうと	○	○	○	12

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

・ボールを相手側のコートの守備のいない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返すこと。 ・ボールに回転をかけて打ち出したり、回転に合わせて返球したりすること。 ・ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・テニスでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やベアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・テニスの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・テニスの学習に主体的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする事。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとする事。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。	○試合形式 シングルスゲーム ダブルスのゲーム ・教材 テニスボール ラケット マーカー 簡易ネット テニスコート ・一人1台端末の活用 スキルアップのための動画撮影 個人及びグループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	急や高低などの変化をつけて打ち返すことができる。 ・ボールに回転をかけて打ち出したり、回転に合わせて返球したりすることができる。 ・ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをすることができる。 【思考・判断・表現】 ・テニスでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やベアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・テニスの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・テニスの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	12
E 球技（ハンドボール） 【知識】 ・ハンドボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 ・味方が操作しやすいパスを送ること。 ・相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープすること。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ること。 ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開すること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・ハンドボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・ハンドボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・相手を尊重するなどの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課題や挑戦及び修正などを大切にしようとする事。 ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとすること。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○個人スキル練習 スロー練習（オーバーハンド、サイドハンド、アンダーハンド、クイックジャンプスロー等） 個人・ペア、グループでのパス練習（スクエアパス、2線、3線のランニングパス等） ○戦術練習 2人組、3～6人のグループによる攻撃・守備戦術練習（シュート練習、フォーメーション練習） ボール保持の練習 ○試合形式 3～6人のグループでのゲーム ハーフコートのゲーム フルコートゲーム ・教材 ボール コーン・マーカー ハンドボールコート ハンドゴール ・一人1台端末の活用 スロー、ジャンプシュート、パスコントロール技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・ハンドボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 ・味方が操作しやすいパスを送ることができる。 ・相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープすることができる。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ることができる。 ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開することができる。 【思考・判断・表現】 ・ハンドボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・ハンドボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	16

F 武道（柔道） 【知識】 ・武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であること。 ・武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があること。 【技能】 ・姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むこと。 ・崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくること。 ・進退動作では、相手の動きの変化に応じたり足、歩み足、継ぎ足で、体の移動すること。 ・相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っていること。 ・選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・武道の学習に自主的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする。 ・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。 ・健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○基本スキルの向上 ・礼法、基本動作の確認 ○受け身の練習 ・後ろ受け身、横受け身、前回り受け身 ・崩しと体さばきを使った受け身の練習 ○投げ技、抑え技の練習 ○かかり練習 ○約束練習 ○自由練習 ○見取り稽古 ○試合形式 ・技の理解 ・審判方法の理解 ◎教材 ・技の判定基準と禁止事項の把握に必要な動画 ・一人1台端末の活用 個人及びグループでのスキルアップのための動画撮影等	【知識】 ・武道を学習することは、自国の文化に誇りをもつことや、国際社会で生きていく上で有意義であることについて、言ったり書き出したりしている。 ・武道には、各種目で用いられる技の名称や武道特有の運動観察の方法である見取り稽古の仕方があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・姿勢と組み方では、相手の動きの変化に応じやすい自然体で組むことができる。 ・崩しでは、相手の動きの変化に応じて相手の体勢を不安定にし、技をかけやすい状態をつくることができる。 ・進退動作では、相手の動きの変化に応じたり足、歩み足、継ぎ足で、体の移動をすることができる。 ・相手の投げ技に応じて横受け身、後ろ受け身、前回り受け身をとることができる。 【思考・判断・表現】 ・見取り稽古などから、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、練習の成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・相手を尊重するなどの伝統的な行動をする場面で、よりよい所作について、自己や仲間の活動を振り返っている。 ・選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに武道を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・武道の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・武道の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。 ・健康・安全を確保している。	○	○	○	9
E 球技（バスケットボール） 【知識】 ・バスケットボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあること。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであること。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができること。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があること。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 ・味方が操作しやすいパスを送ること。 ・相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープすること。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ること。 ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開すること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バスケットボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・バスケットボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを	・指導事項 ○個人スキル練習 ○ドリブル練習 （その場、左右交互、ジグザグ、ピボットフットを用いたドリブル等） ・パス練習 （チェストパス、バウンドパス等） ・個人、ペア、グループでのパス練習 （ツーマン・スリーマンのランニングパス等） ・シュート練習 （セットシュート、ジャンプシュートレイアップシュート、3点シュート、フリースロー等） ○グループスキル練習 ・ボール保持の練習 ・2人～5人のグループによる攻撃（パス・シュート）練習 ・2人～5人のグループによる守備（マンツーマン・ゾーン）練習 ○試合形式 ・3～5人のグループでのミニゲーム（ハーフコート、3on3コートを使用） ・フルコートゲーム ・教材 ボール コーン・マーカー ビブス・バスケットゴール・コート ・一人1台端末の活用 パス、シュート技術向上のための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	【知識】 ・バスケットボールにおいて用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて、学習した具体例を挙げている。 ・ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行ったりすることで、結果として体力を高めることができることについて、言ったり書き出したりしている。 ・練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすることができる。 ・味方が操作しやすいパスを送ることができる。 ・相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープすることができる。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で仲間と連携して守ることができる。 ・仲間と連携してゴール前の空間を使ったり、空間を作りだしたりして攻防を展開することができる。 【思考・判断・表現】 ・バスケットボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・バスケットボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。	○	○	○	16

[illegible]

	仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やベアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・バドミントンの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バドミントンの学習に主体的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとする。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとする。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。	・一人1 台端末の活用 スキルアップのための動画撮影 グループ戦術、試合内容向上のための動画撮影等	・自己や仲間の技術的な課題やベアの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・バドミントンの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バドミントンの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	8
E 球技（バレーボール）	【知識】 ・バレーボールにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。 【技能】 ・サーブでは、ボールに変化をつけて打つこと。 ・変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすること。 ・移動を伴うつなぎのボールに対応して、攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にトスを上げること。 ・チームの作戦に応じた守備位置から、拾ったりつないだり打ち返したりすること。 ・仲間と連携した攻撃の際に、ポジションに応じて相手を引き付ける動きをすること。 【思考力、判断力、表現力等】 ・バレーボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えること。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けること。 ・バレーボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けること。 【学びに向かう力、人間性等】 ・バレーボールの学習に主体的に取り組もうとすること。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとする。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとする。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとする。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。	・指導事項 ○スキル練習 パス練習（アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、サーブトスアップ、スパイク、ブロック） 個人・ペア、グループ練習 ○戦術練習 2人組、3～6人のグループによる戦術練習 ○試合形式 2～6人のグループによるミニコート（バドミントンコート）～フルコートのゲーム ・教材 ボール バレーボールコート バドミントンコート ・一人1 台端末の活用 スキルアップのための動画撮影等	【知識】 ・バレーボールにおいて局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ・課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて、言ったり書き出したりしている。 【技能】 ・サーブでは、ボールに変化をつけて打つことができる。 ・変化のあるサーブに対応して、面を合わせてレシーブすることができる。 ・移動を伴うつなぎのボールに対応して、攻撃につなげるための次のプレイをしやすい高さや位置にトスを上げることができる。 ・チームの作戦に応じた守備位置から、拾ったりつないだり打ち返したりすることができる。 ・仲間と連携した攻撃の際に、ポジションに応じて相手を引き付ける動きをすることができる。 【思考・判断・表現】 ・バレーボールでの合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ・体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ・バレーボールの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・バレーボールの学習に主体的に取り組もうとしている。 ・相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 ・作戦などを話し合う場面で、合意形成に貢献しようとしている。 ・仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ・危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保している。	○	○	○	8
							合計
							105