

年間授業計画

翔陽 高等学校 令和8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： 3 単位

対象学年組：第 1 学年 1 組～ 6 組

使用教科書：（ 新高等保健体育改訂版（大修館書店） ）

教科 保健体育 の目標：

- 【知 識 及 び 技 能】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する知識と技能を適切に使うことができるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する思考・判断・表現力を高め、実生活に活かすことができるようにする。
- 【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、粘り強く取り組む姿勢を育む。

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、目的に応じた技術を身に付けている。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、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、個人及び社会生活における健康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、それらを他者に伝えている。	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、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会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 時 数
1 学 期	単元 器械体操 器械運動の楽しさに触れるとともに基本的な接転技・本転技が1人で安定して行えるようになる。	・マット運動 接転技および本転技 演技構成	【知識・技能】 基本的な前転後転及びそれらの発展技を安定して滑らかに行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	15
	単元 陸上競技 陸上競技を通じて「走る・跳ぶ・投げる」運動の楽しさに触れるとともに、自身の競技会での記録向上を目指しスピード感のある安定した滑らかなフォームを身に付ける。	・30mハードル走 ・走り幅跳び ・ジャベリックボール	【知識・技能】 リズムカルなインターバルと滑らかなフォームによってハードルを早く安定して飛び越えることができる、 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 陸上運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	単元 バスケットボール バスケットボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 パス・ドリブル・シュートといった基本的なボール操作を安定して行うことができる。またそれらを試合の中で発揮することができる。 【思考・判断・表現】 試合の中で味方と運動してパスやドリブル、ボールをもらう動きを行おうとしている。また、実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バスケットボールの楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	単元 柔道 柔道の楽しさに触れるとともに基本となる動作と技を身に着け、自分の得意技を用いた攻防ができる。	・基本的な礼法及び所作 ・基本的な投げ技及び固め技とその発展	【知識・技能】 基本的な礼法や受け身及び技を安定して行うことができる。またそれらを組み合わせた攻防を安全に行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。また自分の得意技を見つけ、その技に応じた試合運びや崩しを行おうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	15
	単元 剣道 剣道の楽しさに触れるとともに基本となる動作と技を身に着け、自分の得意技を用いた攻防ができる。	・基本的な礼法及び所作 ・基本的な打突技法(面・胴・小手)とその発展(仕掛け技及び応じ技)	【知識・技能】 基本的な礼法及び構え、打突技術を安定して行うことができる。またそれらを組み合わせた攻防を安全に行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。また自分の得意技を見つけ、その技に応じた試合運びを行おうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	単元 ダンス 表現運動の楽しさに触れるとともに、テーマや曲のリズムに応じた集団での表現方法を考え演技構成する。	・基本的なステップ ・創作ダンス(課題曲)	【知識・技能】 体はぐし、リズムに乗って動く、フォークダンス等を通じ、全身を使った表現力を高めることができる。 【思考・判断・表現】 曲のテーマに応じた表現方法を仲間と協力して考え集団で表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 表現の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	定期考査						0
	単元 水泳 水泳の泳ぐ楽しさや記録向上を目指す楽しさに触れるとともに、クロール及び平泳ぎにて安定したペースで泳ぐことができる。	クロール・平泳ぎ	【知識・技能】 クロール及び平泳ぎを伸びのある動作と安定したフォームで行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	12
	定期考査						0

2 学 期	単元 水泳 水泳の泳ぐ楽しさや記録向上を目指す楽しさに触れるとともに、クロール及び平泳ぎにて安定したペースで泳ぐことができる。	クロール・平泳ぎ	【知識・技能】 クロール及び平泳ぎを伸びのある動作と安定したフォームで行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	10
	単元 器械体操 器械運動の楽しさに触れるとともに基本的な接転技・本転技が1人で安定して行えるようになる。	・マット運動 接転技および本転技演技構成	【知識・技能】 基本的な前転後転及びそれらの発展技を安定して滑らかに行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	14
	単元 陸上競技 陸上競技を通じて「走る・跳ぶ・投げる」運動の楽しさに触れるとともに、自身の競技会での記録向上を目指すスピード感のある安定した滑らかなフォームを身に付ける。	・30mハードル走 ・走り幅跳び ・ジャベリックボール	【知識・技能】 リズムカルなインターバルと滑らかなフォームによってハードルを早く安定して飛び越えることができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 陸上運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	単元 バスケットボール バスケットボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 パス・ドリブル・シュートといった基本的なボール操作を安定して行うことができる。またそれらを試合の中で発揮することができる。 【思考・判断・表現】 試合の中で味方と連動してパスやドリブル、ボールをもらう動きを行おうとしている。また、実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バスケットボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	単元 柔道 柔道の楽しさに触れるとともに基本となる動作と技を身に付け、自分の得意技を用いた攻防ができる。	・基本的な礼法及び所作 ・基本的な投げ技及び固め技とその発展	【知識・技能】 基本的な礼法や受け身及び技を安定して行うことができる。またそれらを組み合わせた攻防を安全に行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。また自分の得意技を見つけ、その技に応じた試合運びや崩しを行おうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	単元 剣道 剣道の楽しさに触れるとともに基本となる動作と技を身に付け、自分の得意技を用いた攻防ができる。	・基本的な礼法及び所作 ・基本的な打突技法(面・胴・小手)とその発展(仕掛け技及び応じ技)	【知識・技能】 基本的な礼法及び構え、打突技術を安定して行うことができる。またそれらを組み合わせた攻防を安全に行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。また自分の得意技を見つけ、その技に応じた試合運びを行おうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 武道の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	単元 ダンス 表現運動の楽しさに触れるとともに、テーマや曲のリズムに応じた集団での表現方法を考え演技構成する。	・基本的なステップ ・創作ダンス(課題曲)	【知識・技能】 体ほぐし、リズムに乗って動く、フォークダンス等を通じ、全身を使った表現力を高めることができる。 【思考・判断・表現】 曲のテーマに応じた表現方法を仲間と協力して考え集団で表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 表現の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	定期考査						0
	単元 持久走 長距離を走る楽しさに触れるとともに、自分の体力に応じたペースを設定してより良いタイムにて4000mを走り切ることができる。	4000m走 グループ別練習	【知識・技能】 中距離を安定したペースで走り、基礎体力を向上することができる。 【思考・判断・表現】 自他の課題を発見し、自分の走力に応じたフォームとペースで走るすることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 持久走の走る楽しさや記録向上の楽しさに気づき、記録向上や体力向上にむけて主体的に取り組んでいる。	○	○	○	10
	定期考査						0

年間授業計画

翔陽 高等学校 令和8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 1 組～ 6 組

使用教科書：（ 新高等保健体育改訂版（大修館書店） ）

教科 保健体育 の目標：

【知 識 及 び 技 能】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する知識と技能を適切に使うことができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する思考・判断・表現力を高め、実生活に活かすことができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、粘り強く取り組む姿勢を育む。

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・安全について総合的に理解しているとともに、知識や技能を身に付けている。	健康についての自他や社会についての課題を発見し、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社に伝える力を養う。	生涯を通し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、明るく豊かで活力の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	現代社会と健康 1 日本における健康課題の変遷 2 健康の考え方と成り立ち	①日本における健康水準の変化 ②日本における疾病構造の変化 ①健康に関する考え方 ②健康の成り立ちに関わる様々な要因	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	現代社会と健康 3 ヘルスプロモーションと健康にかかわる環境づくり 4 健康に関する意思決定・行動選択	①ヘルスプロモーションの考え方 ②健康を守り、育てる環境 ①意思決定・行動選択と健康の関係 ②よりよい意思決定・行動選択の方法	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査						0
	現代社会と健康 5 現代の感染症の問題 6 感染症の予防	①時代や地域で変化する感染症 ②現在特に問題になっている感染症 ①感染症予防の3原則 ②現代の感染症の発生予防と蔓延防止のための対策	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	4
	現代社会と健康 7 性感染症・エイズとその予防	①性感染症・エイズとは ②性感染症・エイズを予防するための対策	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査						1
2 学 期	現代社会と健康 8 生活習慣病の予防と回復 9 身体活動、運動と健康	①生活習慣病とは ②生活習慣病の予防と回復のための取り組み ①身体活動、運動と健康の関係 ②身体活動、運動の実践と社会環境の整備	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	4
	現代社会と健康 10 食事と健康	①食事と健康の密接な関係 ②健康的な食生活の実践と社会環境の整備	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】				3
	定期考査						0
	現代社会と健康 11 休養・睡眠と健康 12 がんの予防と回復	①休養・睡眠と健康の関係 ②健康づくりのための休養・睡眠の確保 ①がんの予防と治療 ②がんに関する社会的な取り組み	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	現代社会と健康 13 喫煙と健康	①喫煙による健康影響 ②喫煙を開始する要因と依存性 ③たばこ問題への対策	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査						1

3 学 期	現代社会と健康 14 飲酒と健康 15 薬物乱用と健康	①飲酒による健康影響や社会問題 ②飲酒を開始する様々な要因と依存性 ③不適切な飲酒を防止するための対策 ①薬物乱用による健康影響と社会問題 ②薬物を開始する様々な要因 ③薬物乱用を防止するための対策	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	現代社会と健康 16 精神疾患の特徴 17 精神疾患への対応	①精神疾患とはどういうものか ②主な精神疾患とその特徴 ①心の不調と早期発見のセルフケア ②自分だけで悩まず助けを求めることの大切さ ③心の健康社会の実現を目指して	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査						1
	合計						
35							

	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	単元 バレーボール バレーボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(アンダーハンド、オーバーハンドパス)と複数人での連携を通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	単元 サッカー サッカーの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	14
	単元 テニス テニスの楽しさに触れるとともに基本的なボール操作(フォアハンド、バックハンドストローク)を用いてゲームを行うことができる。	・基本的なボール操作 ・シングルス及びダブルスでのゲーム	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	定期考査						0
	単元 水泳 水泳の泳ぐ楽しさや記録向上を目指す楽しさに触れるとともに、背泳ぎ及びバタフライにて安定したペースで泳ぐことができる。	背泳ぎ・バタフライ	【知識・技能】 背泳ぎ及びバタフライを伸びのある動作と安定したフォームで行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	14
	定期考査						0
2 学 期	単元 水泳 水泳の泳ぐ楽しさや記録向上を目指す楽しさに触れるとともに、背泳ぎ及びバタフライにて安定したペースで泳ぐことができる。	背泳ぎ・バタフライ	【知識・技能】 背泳ぎ及びバタフライを伸びのある動作と安定したフォームで行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	6
	単元 バレーボール バレーボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(アンダーハンド、オーバーハンドパス)と複数人での連携を通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	単元 サッカー サッカーの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	単元 テニス テニスの楽しさに触れるとともに基本的なボール操作(フォアハンド、バックハンドストローク)を用いてゲームを行うことができる。	・基本的なボール操作 ・シングルス及びダブルスでのゲーム	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	
	定期考査						0

	単元 バレーボール バレーボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(アンダーハンド、オーバーハンドパス)と複数人での連携を通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○		
	単元 サッカー サッカーの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	10	
	単元 テニス テニスの楽しさに触れるとともに基本的なボール操作(フォアハンド、バックハンドストローク)を用いてゲームを行うことができる。	・基本的なボール操作 ・シングルス及びダブルスでのゲーム	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○		
	単元 持久走 長距離を走る楽しさに触れるとともに、自分の体力に応じたペースを設定してより良いタイムにて4000mを走り切ることができる。	4000m走 グループ別練習	【知識・技能】 中距離を安定したペースで走り、基礎体力を向上することができる。 【思考・判断・表現】 自他の課題を発見し、自分の走力に応じたフォームとペースで走ることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 持久走の走る楽しさや記録向上の楽しさに気づき、記録向上や体力向上にむけて主体的に取り組んでいる。	○	○	○	4	
	定期考査						0	
3 学 期	単元 持久走 長距離を走る楽しさに触れるとともに、自分の体力に応じたペースを設定してより良いタイムにて4000mを走り切ることができる。	4000m走 グループ別練習	【知識・技能】 中距離を安定したペースで走り、基礎体力を向上することができる。 【思考・判断・表現】 自他の課題を発見し、自分の走力に応じたフォームとペースで走ることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 持久走の走る楽しさや記録向上の楽しさに気づき、記録向上や体力向上にむけて主体的に取り組んでいる。	○	○	○	14	
	定期考査						0	
								合計
								70

年間授業計画

翔陽 高等学校 令和8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 単位数 1 単位

対象学年組 第 2 学年 1 組～ 6 組

使用教科書 (新高等保健体育 (大修館書店))

教科 保健体育 の目標

【知識及び技能】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する知識と技能を適切に使うことができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する思考・判断・表現力を高め、実生活に活かすことができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、粘り強く取り組む姿勢を育む。

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・安全について総合的に理解しているとともに、知識や技能を身に付けている。	健康についての自他や社会についての課題を発見し、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社に伝える力を養う。	生涯を通し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、明るく豊かで活力の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	安全な社会生活 1 交通事故の現状と要因 2 交通事故防止の取り組み 3 安全な社会の形成	交通事故の現状と要因について理解する。 交通事故防止及びその責任と補償について理解する。 「自助と共助」や社会の取り組みを理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	安全な社会生活 4 応急手当の意義と救急医療体制 5 心肺蘇生法 6 日常的な応急手当	応急手当の意義と救急医療体制について理解する。 心肺蘇生法の意義や方法、手順について理解する。 日常生活で起こるけがの基本的な応急手当の方法を理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査						0
	生涯を通じる健康 1 思春期と健康 2 性意識の変化と性行動の選択 3 結婚生活と健康	思春期における心身の発達や性的成熟について理解する。 自分の行動への責任感や異性の理解と村長の必要性について理解する。 結婚生活と健康との関係について理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	4
	生涯を通じる健康 4 妊娠・出産と健康 5 家族計画	受精、妊娠、出産の過程と、それに伴う健康課題について理解する。 家族計画の意義について理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査						1
	生涯を通じる健康 6 加齢と健康 7 高齢社会に対応した取り組み	加齢による心身の変化や、高齢期の健康課題について理解する。 高齢社会における健康課題について理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
2 学 期	生涯を通じる健康 8 働くことと健康 9 労働災害の防止 10 働く人の健康づくり	働くことの意義と働き方の多様化について理解する。 労働環境の変化に伴い、労働差異以外の要因も変化していることを理解する。 職場での心身両面にわたる精神的な健康づくり活動について理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	4
	定期考査						0
	健康を支える環境づくり 1 大気汚染と健康 2 水質汚濁・土壌汚染と健康	大気汚染による健康への影響について理解する。 水質汚濁・土壌汚染による健康への影響について理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	健康を支える環境づくり 3 健康被害を防ぐための環境対策 4 環境衛生にかかわる活動	環境汚染による健康への影響を防ぐために行われている対策について理解する。 上下水道とごみ処理について、その現状と課題について理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査						1

3 学 期	健康を支える環境づくり 5 食品の安全性と健康 6 食品の安全性を確保する取り組み	大気汚染の原因と健康影響、地球規模の問題について、理解させる。 水質汚濁・土壌汚染とその健康影響について、理解させる。 環境汚染の防止とその対策、産業廃棄物の処理について、理解させる。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	健康を支えり環境づくり 7 保健制度とその活用 8 医療制度とその活用 9 医薬品の制度とその活用	保健行政の役割について理解する。 医療保険の仕組みについて理解する。 医薬品の制度やその使用法などについて理解する。	【知識・技能】 【思考・判断・表現】 【主体的に学習に取り組む態度】	○	○	○	3
	定期考査						1
							合計
							35

年間授業計画

翔陽 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： 2 単位

対象学年組：第 3 学年 1 組～ 6 組

使用教科書：（ 新高等保健体育（大修館書店）

）

教科 保健体育

の目標：

【知 識 及 び 技 能】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する知識と技能を適切に使うことができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する思考・判断・表現力を高め、実生活に活かすことができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、粘り強く取り組む姿勢を育む。

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、目的に応じた技術を身に付けている。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、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、個人及び社会生活における健康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、それらを他者に伝えている。	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、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりに関する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	1期 サッカー サッカーの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	14
	1期 バレーボール バレーボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(アンダーハンド、オーバーハンドパス)と複数人での連携を通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本練習(オーバー&アンダートス、レシーブ、スパイク)を十分にを行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バレーボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	定期考査						0
	1期：ソフトボール ソフトボールの楽しさに触れるとともに、基本的な用具操作(バッティング及び捕球)と味方との連携を用いてゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作及びバッティング ・グループ戦術	【知識・技能】 基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分にを行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ソフトボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	14
	1期 バドミントン バドミントンの楽しさに触れるとともに、基本的なラケット操作(ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を用いてゲームの中で攻防展開できる。	・基本的なストローク ・シングルス及びダブルスでのゲーム	【知識・技能】 基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分にを行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ソフトボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	定期考査						
2 学 期	2期 サッカー サッカーの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	14
	2期 バレーボール バレーボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(アンダーハンド、オーバーハンドパス)と複数人での連携を通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本練習(オーバー&アンダートス、レシーブ、スパイク)を十分にを行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バレーボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	定期考査						0
	2期：ソフトボール ソフトボールの楽しさに触れるとともに、基本的な用具操作(バッティング及び捕球)と味方との連携を用いてゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作及びバッティング ・グループ戦術	【知識・技能】 基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分にを行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ソフトボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	14
	2期 バドミントン バドミントンの楽しさに触れるとともに、基本的なラケット操作(ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を用いてゲームの中で攻防展開できる。	・基本的なストローク ・シングルス及びダブルスでのゲーム	【知識・技能】 基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分にを行い、基本的な技能を身につけることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 バドミントンの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	定期考査						0

3 学 期	3期 サッカー サッカーの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	14
	3期 バレーボール バレーボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(アンダーハンド、オーバーハンドパス)と複数人での連携を通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本練習(オーバー&アンダース、レシーブ、スパイク)を十分にやり、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バレーボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	3期: ソフトボール ソフトボールの楽しさに触れるとともに、基本的な用具操作(バッティング及び捕球)と味方との連携を用いてゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作及びバッティング ・グループ戦術	【知識・技能】 基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分にやり、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ソフトボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	3期 バドミントン バドミントンの楽しさに触れるとともに、基本的なラケット操作(ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を用いてゲームの中で攻防展開できる。	・基本的なストローク ・シングルス及びダブルスでのゲーム	【知識・技能】 基本練習(ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分にやり、基本的な技能を身につけることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 バドミントンの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	
	定期考査						
							合計
							70

翔陽 高等学校 令和8年度（3学年用） 教科 保健体育 科目 スポーツ概論

教 科： 保健体育 科 目： スポーツ概論 単位数： 2 単位

対象学年組： 第 3 学年 1 組～ 6 組

使用教科書：（ 新高等保健体育（大修館書店） ）

教科 保健体育 の目標：

【知 識 及 び 技 能】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する知識と技能を適切に使うことができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、男女共修から思考・判断・表現力を高め、実生活に活かすことができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、男女共修にて粘り強く取り組む姿勢を育む。

科目 スポーツ概論 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、目的に応じた技術を身に付けている。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、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、それを他者に伝えている。また、個人及び社会生活における健康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、それを他者に伝えている。	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、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会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	1期 サッカー サッカーの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	1期 テニス テニスの楽しさに触れるとともに、基本的なラケット操作(フォアハンド、バックハンド)と2人での連携を通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なラケット操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 ボールを安定して打ち返すことができ、ラリーを楽しむことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 テニスの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	定期考査						0
	1期：バレーボール バレーボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(アンダー、オーバー)と複数人の連携を用いてゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本練習(オーバー&アンダートス、レシーブ、スパイク)を十分にを行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バレーボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	12
	定期考査						0
2 学 期	2期 ゴルフ ゴルフの楽しさに触れるとともに、基本的なクラブ操作(ショート、ロングストローク)と複数人でラウンドを回り、スコアの記入から勝敗を競い合い、その魅力を感じる、生涯スポーツの導入の一役を担う。	・基本的なクラブ操作 ・ラウンドを回る戦術	【知識・技能】 安定したクラブ操作からボールをコントロールすることができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ターゲット型の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	10
	2期：ソフトボール ソフトボールの楽しさに触れるとともに、基本的な用具操作(バッティング及び捕球)と味方との連携を用いてゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作及びバッティング ・グループ戦術	【知識・技能】 安定したクラブ操作からボールをコントロールすることができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ターゲット型の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	定期考査						0
	2期 バドミントン バドミントンの楽しさに触れるとともに、基本的なラケット操作(ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を用いてゲームの中で攻展開展できる。	・基本的なストローク ・シングルス及びダブルスでのゲーム	【知識・技能】 基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分にを行い、基本的な技能を身につけることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 バドミントンの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	10
	定期考査						0

3 学 期	3期 ゴルフ ゴルフの楽しさに触れるとともに、 基本的なクラブ操作(ショット、ロ ングストローク)と複数人でラウン ドを回り、スコアの記入から勝敗を 競い合い、その魅力を感じる、生涯 スポーツの導入の一役を担う。	・基本的なクラブ操作 ・ラウンドを回る戦術	【知識・技能】 安定したクラブ操作からボールをコントロールする ことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じ た練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ターゲット型の楽しさに気づき自他の安全を確保しな がら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	4	
	3期: ソフトボール ソフトボールの楽しさに触れると ともに、基本的な用具操作(バッ ティング及び捕球)と味方との連携 を用いてゲームの中で攻防を展開で きる。	・基本的なボール操作及びバッテ ィング ・グループ戦術	【知識・技能】 安定したクラブ操作からボールをコントロールする ことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じ た練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ターゲット型の楽しさに気づき自他の安全を確保しな がら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	6	
	3期 バドミントン バドミントンの楽しさに触れると ともに、基本的なラケット操作(ハイ クリア、ドロップ、ヘアピン、サー ブ)を用いてゲームの中で攻防展開 できる。	・基本的なストローク ・シングルス及びダブルスでのゲー ム	【知識・技能】 基本練習(ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サー ブ)を十分に行之、基本的な技能を身につけることが できる。 【主体的に学習に取り組む態度】 バドミントンの楽しさに気づき自他の安全を確保し ながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの 中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしてい る。	○	○	○	4	
	定期考査						0	
合計								70

年間授業計画

翔陽 高等学校 令和8年度（3学年用） 教科 保健体育 科目 スポーツⅡ

教 科： 保健体育 科 目： スポーツⅡ 単位数： 2 単位

対象学年組： 第 3 学年 1 組～ 6 組

使用教科書： （ 新高等保健体育（大修館） ）

教科 保健体育 の目標：

【知 識 及 び 技 能】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する知識と技能を適切に使うことができるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、保健体育に関する思考・判断・表現力を高め、実生活に活かすことができるようにする。

【学びに向かう力、人間性等】生涯にわたって豊かな生活が過ごすことができるよう、粘り強く取り組む姿勢を育む。

科目 スポーツⅡ 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、目的に応じた技術を身に付けている。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、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、個人及び社会生活における健康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、それらを他者に伝えている。	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、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会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	単元 器械体操 器械運動の楽しさに触れるとともに基本的な接転技・本転技が1人で安定して行えるようになる。	・マット運動 接転技および本転技 演技構成	【知識・技能】 基本的な前転後転及びそれらの発展技を安定して滑らかに行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	6
	単元 陸上競技 陸上競技を通じて「走る・跳ぶ・投げる」運動の楽しさに触れるとともに、自身の競技会での記録向上を目指しスピード感のある安定した滑らかなフォームを身に付ける。	・30mハードル走 ・走り幅跳び ・ジャベリックボール	【知識・技能】 リズムカルなインターバルと滑らかなフォームによってハードルを早く安定して飛び越えることができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 陸上運動の楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	定期考査						0
	単元 バスケットボール バスケットボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 パス・ドリブル・シュートといった基本的なボール操作を安定して行うことができる。またそれらを試合の中で発揮することができる。 【思考・判断・表現】 試合の中で味方と運動してパスやドリブル、ボールをもらう動きを行おうとしている。また、実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バスケットボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	6
	単元 バレーボール バレーボールの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(アンダーハンド、オーバーハンドパス)と複数人での連携を通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本練習(オーバー&アンダートス、レシーブ、スパイク)を十分にを行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 バレーボールの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	8
	定期考査						0
2 学 期	単元 サッカー サッカーの楽しさに触れるとともに、基本的なボール操作(ドリブル・パス・シュート)と空いた空間に走りこむ動きを通じて、ゲームの中で攻防を展開できる。	・基本的なボール操作 ・グループ戦術	【知識・技能】 基本的なボール操作及び仲間と連携したプレーでゲームできる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 器械運動の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	8
	単元 水泳 水泳の泳ぐ楽しさや記録向上を目指す楽しさに触れるとともに、背泳ぎ及びバタフライにて安定したペースで泳ぐことができる。	4泳法	【知識・技能】 背泳ぎ及びバタフライを伸びのある動作と安定したフォームで行うことができる。 【思考・判断・表現】 実技における自他の課題を発見し改善策や課題に応じた練習方法を見出そうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	6
	定期考査						0
	1 期 バドミントン バドミントンの楽しさに触れるとともに、基本的なラケット操作(ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を用いてゲームの中で攻防展開できる。	・基本的なストローク ・シングルス及びダブルスでのゲーム	【知識・技能】 基本練習(ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分にを行い、基本的な技能を身につけることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 バドミントンの楽しさに気づき自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしている。	○	○	○	8
	単元 ダンス 表現運動の楽しさに触れるとともに、テーマや曲のリズムに応じた集団での表現方法を考え演技構成する。	・基本的なステップ ・創作ダンス(課題曲)	【知識・技能】 体はぐし、リズムに乗って動く、フォークダンス等を通じ、全身を使った表現力を高めることができる。 【思考・判断・表現】 曲のテーマに応じた表現方法を仲間と協力して考え集団で表現することができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 表現の楽しさに気付き自他の安全を確保しながら主体的に活動に取り組んでいる。	○	○	○	6
	定期考査						0

3 学 期	2期 バドミントン バドミントンの楽しさに触れるととも に、基本的なラケット操作(ハイ クリア、ドロップ、ヘアピン、サー ブ)を用いてゲームの中で攻防展開 できる。	・基本的なストローク ・シングルス及びダブルスでのゲー ム	【知識・技能】 基本練習（ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、サー ブ）を十分に行い、基本的な技能を身につけることが できる。 【主体的に学習に取り組む態度】 バドミントンの楽しさに気づき自他の安全を確保し ながら主体的に活動に取り組んでいる。またチームの 中で作戦に応じた自分の役割を全うしようとしてい る。	○	○	○	14
	定期考査						0
							合計
							70