

年間授業計画

翔陽 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：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（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せるよう、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せるよう、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せるよう、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組み合わせ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、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	記 時 数
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。	○	○	○	10
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】 バス・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バスやドリブル、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。	○	○	○	
1 学 期 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て、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。	○	○	○	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て、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 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。	○	○	○	15

2 学 期	<p>単元 器械体操</p> <p>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。</p>	<p>・マット運動</p> <p>接転技および本転技 演技構成</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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なに行うことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>演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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	10
	<p>単元 陸上競技</p> <p>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。</p>	<p>・30mハードル走</p> <p>・走り幅跳び</p> <p>・ジャベリックボール</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>演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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	
	<p>単元 バスケットボール</p> <p>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。</p>	<p>・基本的なボール操作</p> <p>・グループ戦術</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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、演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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	
	<p>単元 柔道</p> <p>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。</p>	<p>・基本的な礼法及び所作</p> <p>・基本的な投げ技及び固め技とその発展</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>演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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>柔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。</p>	○	○	○	12
	<p>単元 剣道</p> <p>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。</p>	<p>・基本的な礼法及び所作</p> <p>・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)</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>演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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>柔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。</p>	○	○	○	
	<p>単元 ダンス</p> <p>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。</p>	<p>・基本的なステップ</p> <p>・創作ダンス(課題曲)</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	
	<p>単元 水泳</p> <p>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。</p>	<p>クロール・平泳ぎ</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>演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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	10
<p>単元 持久走</p> <p>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。</p>	<p>4000m走</p> <p>グループ別練習</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>持久走の走る楽しさや記録向上の楽しさに気付き、記録向上や体力向上にむけて主体的に取り組んでいる。</p>	○	○	○	10	

3 学 期	<p>単元 柔道</p> <p>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。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的な礼法及び所作</li> <li>・基本的な投げ技及び固め技とその発展</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	10	
	<p>単元 剣道</p> <p>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。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的な礼法及び所作</li> <li>・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)</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○		
	<p>単元 ダンス</p> <p>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。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的なステップ</li> <li>・創作ダンス(課題曲)</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○		
	<p>単元 持久走</p> <p>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。</p>	<p>4000m走</p> <p>グループ別練習</p>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	20	
							合計	
								105

年間授業計画

翔陽 高等学校 令和7年度（2学年用） 教科 保健体育 科目 体育

教科：保健体育 科目：体育

単位数：2 単位

対象学年組：第2学年 1組～6組

使用教科書：（大修館 新高等学校 保健体育）

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	記 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。	○	○	○	9
	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。	○	○	○	9
	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。	○	○	○	9
	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。	○	○	○	4
2 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。	○	○	○	9
	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。	○	○	○	9
	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。	○	○	○	9
	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。	○	○	○	3
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。	○	○	○	4
	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。	○	○	○	5
							合計
							70

年間授業計画

翔陽 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：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ることができるよう、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ることができるよう、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ることができるよう、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	担当 時数
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
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。	○	○	○	10
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。	○	○	○	8
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。	○	○	○	8
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

2 学 期	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。	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本的なボール操作</li> <li>グループ戦術</li> </ul>	<p>【知識・技能】 基本練習(オーバー&amp;アンダートス、レシーブ、スパイク)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる</p> <p>【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。</p> <p>【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。</p>	○	○	○	8
	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。	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本的なボール操作及びバッティング</li> <li>グループ戦術</li> </ul>	<p>【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</p> <p>【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。</p> <p>【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。</p>	○	○	○	8
	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。	<ul style="list-style-type: none"> <li>基本的なストローク</li> <li>シングルス及びダブルスでのゲーム</li> </ul>	<p>【知識・技能】 基本練習(ハイクリア、ドロップ、ヘアピン、サーブ)を十分に行い、基本的な技能を身につけることができる。</p> <p>【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。</p>	○	○	○	8
3 学 期	個別指導			○	○	○	2
							合計
							70

年間授業計画

翔陽 高等学校 令和7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） ）

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ることができるよう、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ることができるよう、男女共習から思考・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ることができるよう、男女共習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	担当 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。	○	○	○	12
	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。	○	○	○	12
	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
	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】 基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分に行い、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。	○	○	○	12

	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、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。	○	○	○	10
3 学 期	個別指導			○	○	○	2
							合計
							70

年間授業計画

翔陽 高等学校 令和7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 自由選択

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
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
1学期 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。	○	○	○	8
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。	○	○	○	8

2 学 期	<p>単元 サッカー</p> <p>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。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的なボール操作</li> <li>・グループ戦術</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	8
	<p>単元 水泳</p> <p>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。</p>	4泳法	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	8
	<p>1期 ソフトボール</p> <p>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。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的なボール操作及びバッティング</li> <li>・グループ戦術</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <p>基本練習(バッティング、投げる、捕るなど)を十分に行い、基本的な技能を身につけ、ゲームに活かすことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>ソフ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。</p>	○	○	○	8
	<p>1期 バドミントン</p> <p>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。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的なストローク</li> <li>・シングルス及びダブルスでのゲーム</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <p>基本練習(ハイクリア、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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>バドミントン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。</p>	○	○	○	8
	<p>単元 ダンス</p> <p>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。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本的なステップ</li> <li>・創作ダンス(課題曲)</li> </ul>	<p>【知識・技能】</p> <p>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。</p> <p>【思考・判断・表現】</p> <p>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。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>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。</p>	○	○	○	8
3 学 期	個別対応						2
							合計
							70



