

高等学校 令和7年度（3学年用） 教科 保健体育 科目 体育（3単位）

教科：保健体育 科目：体育 単位数： 3 単位

対象学年組：第 3 学年 A 組～ H 組

使用教科書：（ 大修館書店 ）

教科 体育 の目標： 事故・ケガの防止に努め、生徒の自主性を促しながら、記録・体力の向上を目指す。

【知識及び技能】今までに身に付けた運動能力や知識を基礎に、様々な練習方法や作戦を駆使して運動することができること。

【思考力、判断力、表現力等】今までに身に付けた運動能力や知識を基に、自己の体を使って様々な運動を表現すること。

【学びに向かう力、人間性等】運動を通して仲間とコミュニケーションをとり、協力して取り組むこと。

科目 体育 の目標： 事故・ケガの防止に努め、生徒の自主性を促しながら、記録・体力の向上を目指す。

【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】
生涯にわたって必要な運動の知識や技能を身に付け、自身の健康を保持増進するとともに、生涯にわたってスポーツライフを实践しようとする。	運動を通して、自身の考えを正確に伝えたり、他者の考えを正確に聞き取り、協力して様々な運動を表現しようとする。	自身の体力・技術の向上のみならず、他者への助言を通して協力して、運動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	
前期	・オリエンテーション 【知識及び技能】 体育の約束事を理解させる。 【思考力、判断力、表現力等】 体育の約束事を理解し、実践させる。 【学びに向かう力、人間性等】 他者と協力して約束事を守らせる。	・授業時の服装や施設の説明、禁止行為や年間授業種目の説明、感染症対策を理解する。 ・オリエンテーション資料	【知識・技能】【思考・判断・表現】【主体的に学習に取り組む態度】を実技テストやワークシート、日頃の取り組みなど各観点に基づいて評価し、学年末に5段階評価の評定にまとめる。	○	○	○	3
	・体づくり運動/体育理論 【知識及び技能】 スポーツテスト及び体育祭種目のルールを把握し、実施させる。 【思考力、判断力、表現力等】 スポーツテスト及び体育祭種目の運動を他者と協力して表現させる。 【学びに向かう力、人間性等】 他者と協力して実施させる。	・新体力テストの計測の仕方や内容を理解する。 ・新体力テストの安全面を理解する。 ・スポーツテスト各種目の用具 ・体育祭各種目の用具	【知識・技能】【思考・判断・表現】【主体的に学習に取り組む態度】を実技テストやワークシート、日頃の取り組みなど各観点に基づいて評価し、学年末に5段階評価の評定にまとめる。	○	○	○	21
	球技 ソフトボール・テニス（選択） バスケットボール・バレーボール テニス（選択）	球技 ・基礎技術の習得及び試合のための戦術、技術の向上を目指す。 ・審判法を習得し、試合の運営を出来るようにする。	【知識・技能】【思考・判断・表現】【主体的に学習に取り組む態度】を実技テストやワークシート、日頃の取り組みなど各観点に基づいて評価し、学年末に5段階評価の評定にまとめる。	○	○	○	16
	水泳 オリエンテーション・水慣れ 2泳法の習得：背泳ぎ・バタフライ	水泳 ・各泳法、手と足、呼吸のバランスをとり安定して、早く泳げるようにする。	【知識・技能】【思考・判断・表現】【主体的に学習に取り組む態度】を実技テストやワークシート、日頃の取り組みなど各観点に基づいて評価し、学年末に5段階評価の評定にまとめる。	○	○	○	16
	球技 ソフトボール・テニス（選択） バスケットボール・バレーボール テニス（選択）	球技 ・基礎技術の習得及び試合のための戦術、技術の向上を目指す。 ・審判法を習得し、試合の運営を出来るようにする。	【知識・技能】【思考・判断・表現】【主体的に学習に取り組む態度】を実技テストやワークシート、日頃の取り組みなど各観点に基づいて評価し、学年末に5段階評価の評定にまとめる。	○	○	○	12
後期	球技 ソフトボール・テニス（選択） バスケットボール・バレーボール テニス（選択）	球技 ・基礎技術の習得及び試合のための戦術、技術の向上を目指す。 ・審判法を習得し、試合の運営を出来るようにする。	【知識・技能】【思考・判断・表現】【主体的に学習に取り組む態度】を実技テストやワークシート、日頃の取り組みなど各観点に基づいて評価し、学年末に5段階評価の評定にまとめる。	○	○	○	22
	長距離走（オリエンテーション、クーパー走） （授業内記録会に向けての準備）	〈長距離走〉 ・ペースを守り一定の距離を走れるようにする。 ・記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わう。	【知識・技能】【思考・判断・表現】【主体的に学習に取り組む態度】を実技テストやワークシート、日頃の取り組みなど各観点に基づいて評価し、学年末に5段階評価の評定にまとめる。	○	○	○	27
						合計	
						117	