

墨田工科高等学校 令和7年度

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 1組～5組

教科担当者：安食・森本

使用教科書：（大修館書店 ステップアップ高校スポーツ2024）

教科 保健体育 の目標：

- 【知識及び技能】
- 運動の合理化、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、
- 【思考力、判断力、表現力等】
- 自己や仲間の課題を発見し、合理的、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
- 【学びに向かう力、人間性等】
- 運動の楽しさや喜びを深くあじ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

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】
運動の合理化、計画的な実践に関する具体的な事項や	自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に	運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、

	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	球技 ソフトボール 体育の見方や考え方を働かせ、課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて学習過程を通して、心と体を一体として捉え、所以外にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを旨とする。 【知識及び技能】	①バッティング ②キャッチング ③スローイング *実技テスト：捕球から送球	【知識・技能】 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しているとともに、それらの技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 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	○	○	○	10
1 学 期	球技 バレーボール 体育の見方や考え方を働かせ、課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて学習過程を通して、心と体を一体として捉え、所以外にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを旨とする。 【知識及び技能】	①直上パス（アンダー・オーバー） ②対面パス（アンダー、オーバー、スパイク） ③三段攻撃 ③ポジションを決めて、ゲーム形式の練習 *実技テスト：対面パス（アンダーハンド、オーバーハンド）、ペア活動	【知識・技能】 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しているとともに、それらの技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 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	○	○	○	20

2 学 期	球技 サッカー 体育の見方や考え方を働かせ、課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて学習過程を通して、心と体を一体として捉え、所以外にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。 【知識及び技能】	①基礎練習 対人パス、シュート ②ルールの確認 ③応用練習 ゲーム形式 *実技テスト：パス、シュート	【知識・技能】 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しているとともに、それらの技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 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	○	○	○	14
	球技 バスケットボール 体育の見方や考え方を働かせ、課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて学習過程を通して、心と体を一体として捉え、所以外にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。 【知識及び技能】	①ハンドリング ②ゴール下のシュート ③レイアップ ④フリースローラインからのセットシュート *実技テスト：ゴール下シュート レイアップ	【知識・技能】 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しているとともに、それらの技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 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	○	○	○	28

3 学 期	球技 サッカー 体育の見方や考え方を働かせ、課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて学習過程を通して、心と体を一体として捉え、所以外にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。 【知識及び技能】	①役割分担 ②ポジションを決めてゲーム ③応用練習 ＊実技テスト：パス、シュート	【知識・技能】 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しているとともに、それらの技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 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	○	○	○	10
	球技 バドミントン 体育の見方や考え方を働かせ、課題を発見し、合理的・計画的な解決に向けて学習過程を通して、心と体を一体として捉え、所以外にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。 【知識及び技能】	①基礎練習 対人ラリー、スマッシュ ②ルールの確認 ③応用練習 ゲーム形式 ＊実技テスト：対人ラリー ショットの打ち分け	【知識・技能】 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しているとともに、それらの技能を身に付けている。 【思考・判断・表現】 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	○	○	○	23
							合計
							105