

令和8年度 「保健体育」学習指導計画

学科	全学科		学年	1	履修	必修	
教科	保健体育科	科目名	体育	単位数	2	時数	70
教科書名(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)		副教材(発行所)	保健ノート(大修館書店)			
目標	① スポーツの楽しさ、身体活動の爽快さを学習するとともに、ルールを遵守する姿勢や礼儀を学び、習得する。 ② バランスの取れた体づくりをしながら、仲間と互いに協力し合い、生涯にわたって誰もが意欲的に運動に関わるとともに、明るく豊かな心を育てる。 ③ スポーツの意義や歴史、文化的特徴や、現代スポーツが取り巻くさまざまな問題について学び、習得する。						

(注)評価の観点とは、Ⅰ「知識・技能」Ⅱ「思考・判断・表現」Ⅲ「主体的に学習に取り組む態度」を示す。

学期	月	内容のまとめ	単元 (実習項目)	単元の目標 (具体的目標)	評価の観点			配当 時数	主な評価方法
					Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ		
1	4	体育実技	体づくり運動(ラジオ体操)	・体の構造や運動の原則を理解し、健康の保持増進や体力の向上を目指した計画を立て取り組むことができる。 ・運動開始時の心や体の状態を確認するなど、健康・安全に留意して活動に取り組むことができる。	○	○	○	6	・単元ごとの 技能や理解 ・単元ごとの 記録測定 ・授業に取り組む 姿勢、意欲、 出欠 ・課題の提出 ・以上を総合的に 評価する。
			陸上競技(長距離走)	・自分の役割に主体的に取り組む、練習や競争、仲間との話し合いに積極的に参加することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施し、ルールやマナーを守って活動することができる。	○	○	○	4	
	5	体育理論	スポーツの始まりと変遷	・スポーツがどのように始まったのかを説明できる。 ・なぜスポーツが世界中に広まったのかを説明できる。	○	○	○	1	
			スポーツテスト	・記録向上につながる動きのポイントを理解し、改善することができる。 ・安全に留意して実施し、ルールやマナーを守って正確に測定することができる。	○	○	○	4	
	6	体育実技	バレーボール	・バレーボールの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・ルールや試合方法、審判や運営の仕方などを理解することができる。 ・安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームができる。 ・運動の比較から文化としてのスポーツの特徴を説明できる。	○	○	○	6	
			文化としてのスポーツ	・多様なかわり方によるスポーツ文化の変容について例をあげて説明できる。	○	○	○	1	
	7	体育理論	水泳	・水泳の各種目で用いられる技術の名称と効率的に泳ぐためのポイントを理解することができる。 ・自分の役割に主体的に取り組む、練習や仲間との話し合いに積極的に参加することができる。 ・危険を理解して実施すると共に、互いに助け合い教え合おうとすることができる。	○	○	○	8	
2	8	体育理論	オリンピックとパラリンピックの意義	・オリンピックとパラリンピックの価値について説明できる。 ・パラリンピックの意義について具体例をあげながら説明できる。	○	○	○	1	
			ソフトボール	・ソフトボールの技術の名称やそれぞれの動きのポイント、ベースボール型の特性や戦術を理解することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームをすることができる。	○	○	○	6	
	9	体育実技	ソフトテニス	・ソフトテニスの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・打ち込まれたボールに対応して、安定したラケット操作でコースや球種を使い分けてゲームをすることができる。	○	○	○	6	
			スポーツが経済に及ぼす効果	・スポーツが経済活動でどのように重要な役割を果たしているかを説明できる。 ・スポーツにかかわる業種について例をあげて説明できる。	○	○	○	1	
	10	体育理論	サッカー	・サッカーの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームをすることができる。	○	○	○	6	
			バドミントン	・バドミントンの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・動きを観察することで課題を見つけ、練習を繰り返すことで技術や体力を高められることを理解することができる。	○	○	○	6	
	11	体育実技	スポーツの高潔さとドーピング	・スポーツの高潔さを脅かす要因について例をあげて説明できる。 ・ドーピングがなぜスポーツを破壊する行為になるのかを具体的に説明できる。	○	○	○	1	
3	1	体育実技	バスケットボール	・バスケットボールの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・危険を理解して実施するとともに、仲間と課題を伝えるなど、互いに助け合い教え合おうとすることができる。	○	○	○	6	
			体育理論	スポーツと環境	・スポーツにおける環境問題について例をあげて説明できる。 ・スポーツは環境とどのように調和していけばよいのか説明できる。	○	○	○	1
	2	体育実技	卓球	・卓球の技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・打ち込まれたボールの変化(球速、回転)やコース等の状況に応じたラケット操作でゲームをすることができる。 ・ルールや試合方法、審判や運営の仕方など、競技会のおこない方を理解することができる。	○	○	○	6	
			3						

【観点別評価】

評価項目・対象	講義	実技	実験・実習	定期考査	小テスト	ノート・レポート	課題・作品	発言	プレゼン	検定・資格	その他	観点別合計	評価の比重
Ⅰ 知識・技能		90				10						100	50
Ⅱ 思考・判断・表現		90				10						100	20
Ⅲ 主体的に学習に取り組む態度		90				10						100	30
評価の重点	①授業に取り組む意欲・態度 ②測定された記録や種目ごとの技能												

令和8年度 「保健体育」学習指導計画

学科	全学科		学年	1	履修	必修	
教科	保健体育科	科目名	保健	単位数	1	時数	35
教科書名(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)		副教材(発行所)	現代高等保健体育ノート(大修館書店)			
目標	① 個人の身体の仕組みと働きを正しく理解するとともに、社会全体の健康・安全についての理解も深める。 ② 生涯を通じて自らの健康管理を考え、生活行動を改善していくために知識を活用できるようにする。						

(注)評価の観点とは、Ⅰ「知識・技能」Ⅱ「思考・判断・表現」Ⅲ「主体的に学習に取り組む態度」を示す。

学期	月	内容のまとめ	単元 (実習項目)	単元の目標 (具体的目標)	評価の観点			配当 時数	主な評価方法	
					Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ			
1	4	現代社会と健康	健康の考え方と成り立ち	・さまざまな健康の考え方について例をあげて説明できる。 ・健康を成り立たせている要因について例をあげて説明できる。	○	○	○	2	・単元ごとの課題 ・口答による重要事項の確認 ・授業に取り組む姿勢、意欲、出欠 ・定期考査 ・以上を総合的に評価する。	
			私たちの健康のすがた	・わが国の健康水準の変化とその背景について説明できる。 ・わが国の現在の健康問題について例をあげて説明できる。	○	○	○	1		
			生活習慣病の予防と回復	・生活習慣病の種類と要因について説明できる。 ・生活習慣病の一次予防、二次予防について例をあげて説明できる。	○	○	○	2		
	5		がんの原因と予防	・がんの種類や原因について説明できる。 ・がんの一次予防と二次予防について例をあげて説明できる。	○	○	○	1		
			がんの治療と回復	・がんのおもな治療法や緩和ケアについて説明できる。 ・がん検診の普及や情報サービスの整備などの対策について説明できる。	○	○	○	2		
			運動と健康	・健康と運動の関係について説明できる。 ・目的に応じた健康的な運動の仕方について例をあげて説明できる。	○	○	○	2		
	6		食事と健康	・食事と健康の関係について説明できる。 ・健康的な食事のとり方について説明できる。	○	○	○	2		
			休養・睡眠と健康	・健康と休養の関係及び適切な休養のとり方について説明できる。 ・健康と睡眠の関係及び健康に良い睡眠のとり方について説明できる。	○	○	○	1		
	7		喫煙と健康	・喫煙者やその周辺の人に起こる害について説明できる。 ・喫煙対策について、個人と社会に分けて例をあげて説明できる。	○	○	○	1		
			飲酒と健康	・飲酒による健康への短期的影響と長期的影響を説明できる。 ・飲酒による健康問題に対する個人や社会環境への対策について例をあげて説明できる。	○	○	○	1		
	2		8	薬物乱用と健康	・薬物乱用が心身の健康や社会に及ぼす影響について説明できる。 ・薬物乱用防止のための個人や社会環境への対策例をあげることができる。	○	○	○		1
				精神疾患の特徴	・精神疾患の例をあげ、発病の要因とおもな症状について説明できる。 ・現代社会における精神保健の課題をあげることができる。	○	○	○		2
9		精神疾患の予防	・精神疾患を予防する方法について説明できる。 ・精神疾患の早期発見のために必要なことについて説明できる。	○	○	○	1			
		精神疾患からの回復	・精神疾患の治療について例をあげて説明できる。 ・精神疾患の適切な治療や回復のためには、どのような社会環境が必要か説明できる。	○	○	○	1			
10		現代の感染症	・感染症とは何かについて潜伏期間や感染力なども含めて説明できる。 ・新興感染症と再興感染症が流行する原因をそれぞれ説明できる。	○	○	○	2			
		感染症の予防	・感染症の予防対策について3原則から例をあげて説明できる。 ・感染症への個人と社会の対策について例をあげて説明できる。	○	○	○	2			
11		性感染症・エイズとその予防	・性感染症・エイズがほかの感染症と異なる点について説明できる。 ・性感染症・エイズの予防とその対策について個人と社会に分けて例をあげて説明できる。	○	○	○	1			
		健康に関する意思決定・行動選択	・意思決定・行動選択に影響を与える要因について説明できる。 ・健康に関する適切な意思決定・行動選択の際の工夫について例をあげて説明できる。	○	○	○	1			
12		健康に関する環境づくり	・社会環境の健康への影響について例をあげて説明できる。 ・ヘルスプロモーションの考え方にもとづく環境づくりの特徴について説明できる。	○	○	○	1			
		事故の現状と発生要因	・事故の実態と被害の実態について説明できる。 ・事故の発生には人的要因と環境要因が関連していることについて例をあげて説明できる。	○	○	○	2			
3	1	安全な社会生活	安全な社会の形成	・安全のために必要な個人の行動について例をあげて説明できる。 ・すべての人たちの安全を確保するために必要な環境整備について例をあげて説明できる。	○	○	○	1		
			交通における安全	・交通事故防止における個人の取り組みと交通環境の整備について例をあげて説明できる。	○	○	○	1		
	応急手当の意義とその基本		・応急手当の意義について説明できる。 ・傷病者を発見したときに、確認・観察するポイントをあげることができる。	○	○	○	2			
	日常的な応急手当		・日常的なけがや熱中症の応急手当の手順や方法について説明できる。 ・実際に、日常的なけがや熱中症の応急手当ができる。	○	○	○	1			
	心肺蘇生法		・心肺蘇生法の方法と手順について説明できる。 ・実際に、心肺蘇生法をおこなうことができる。	○	○	○	1			

【観点別評価】

評価項目・対象	講義	演習	実験・実習	定期考査	実技・小テスト	ノート・レポート	課題・作品	発言	プレゼン	検定・資格	その他	観点別合計	評価の比重
Ⅰ 知識・技能	10			70		10		10				100	50
Ⅱ 思考・判断・表現	30			30		20		20				100	20
Ⅲ 主体的に学習に取り組む態度	30					30		30			10	100	30
評価の重点	①授業に取り組む意欲・態度 ②定期テストの結果と提出課題												

令和8年度 「保健体育」学習指導計画

学科	全学科	学年	2	履修	必修
教科	保健体育科	科目名	体育	単位数	2
教科書名(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)	副教材(発行所)	現代高等保健体育ノート(大修館書店)	時数	70
目標	① スポーツの楽しさ、身体活動の爽快さを学習するとともに、ルールを遵守する姿勢や礼儀を学び、習得する。 ② バランスの取れた体づくりをしながら、仲間と互いに協力し合い、生涯にわたって誰もが意欲的に運動に関わるとともに、明るく豊かな心を育てる。 ③ スポーツの意義や歴史、文化的特徴や、現代スポーツが取り巻くさまざまな問題について学び、習得する。				

(注)評価の観点とは、Ⅰ「知識・技能」Ⅱ「思考・判断・表現」Ⅲ「主体的に学習に取り組む態度」を示す。

学期	月	内容のまとめ	単元 (実習項目)	単元の目標 (具体的目標)	評価の観点			配当 時数	主な評価方法
					Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ		
1	4	体育実技	体づくり運動(ラジオ体操)	・体の構造や運動の原則を理解し、健康の保持増進や体力の向上を目指した計画を立て取り組むことができる。 ・運動開始時の心や体の状態を確認するなど、健康・安全に留意して活動に取り組むことができる。	○	○	○	6	・単元ごとの 技能や理解 ・単元ごとの 記録測定 ・授業に取組む 姿勢、意欲、 出欠 ・課題の提出 ・以上を総合的に 評価する。
			陸上競技(長距離走)	・自分の役割に主体的に取り組む、練習や競争、仲間との話し合いに積極的に参加することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施し、ルールやマナーを守って活動することができる。	○	○	○	4	
	5	体育理論	スポーツにおける技能と体力	・技能と体力の関係について説明できる。 ・技能や体力を高めるときに気を付けるべき点をあげることができる。	○	○	○	1	
			スポーツテスト	・記録向上につながる動きのポイントを理解し、改善することができる。 ・安全に留意して実施し、ルールやマナーを守って正確に測定することができる。	○	○	○	4	
	6	体育実技	バレーボール	・バレーボールの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・ルールや試合方法、審判や運営の仕方などを理解することができる。 ・安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームができる。 ・技能の差の違いやそれ以外の練習の工夫を説明できる。	○	○	○	6	
			スポーツにおける技術と戦術	・用具の改良やメディアの発達による技術や戦術、ルールの変化を説明できる。	○	○	○	1	
	7	体育理論	水泳	・水泳の各種目で用いられる技術の名称と効率的に泳ぐためのポイントを理解することができる。 ・自分の役割に主体的に取り組む、練習や仲間との話し合いに積極的に参加することができる。 ・危険を理解して実施すると共に、互いに助け合い教え合おうとすることができる。	○	○	○	8	
2	8	体育理論	技能の上達課程と練習	・技能がどのようなステップを経て上達するか説明できる。 ・練習によって技能が上達することによる特徴をあげることができる。	○	○	○	1	
			9	体育実技	ソフトボール	・ソフトボールの技術の名称やそれぞれの動きのポイント、ベースボール型の特性や戦術を理解することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームをすることができる。	○	○	○
	ソフトテニス	・ソフトテニスの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・打ち込まれたボールに対応して、安定したラケット操作でコースや球種を使い分けてゲームをすることができる。			○	○	○	6	
	10	体育理論	効果的な動きのメカニズム	・体の動きはどのような仕組みで開始され、持続していくのか説明できる。 ・良い動きを支える調整力について例をあげて説明できる。	○	○	○	1	
			11	体育実技	サッカー	・サッカーの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームをすることができる。	○	○	○
	バドミントン	・バドミントンの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・動きを観察することで課題を見つけ、練習を繰り返すことで技術や体力を高められることを理解することができる。			○	○	○	6	
	12	体育理論	体カトレーニング	・目的に応じた様々なトレーニングの方法を説明できる。 ・筋力、持久力、調整力、柔軟性を高める具体的な方法をあげることができる。	○	○	○	1	
3	1	体育実技	バスケットボール	・バスケットボールの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・危険を理解して実施するとともに、仲間と課題を伝えるなど、互いに助け合い教え合おうとすることができる。	○	○	○	6	
			体育理論	運動やスポーツでの安全の確保	・スポーツ外傷とスポーツ障害の違いを説明できる。 ・スポーツ活動中に起きる重大な事故の発生要因と予防方法を説明できる。	○	○	○	1
	2	体育実技	卓球	・卓球の技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・打ち込まれたボールの変化(球速、回転)やコース等の状況に応じたラケット操作でゲームをすることができる。 ・ルールや試合方法、審判や運営の仕方など、競技会のおこない方を理解することができる。	○	○	○	6	
3									

【観点別評価】

評価項目・対象	講義	実技	実験・実習	定期考査	小テスト	ノート・レポート	課題・作品	発言	プレゼン	検定・資格	その他	観点別合計	評価の比重
Ⅰ 知識・技能		90				10						100	50
Ⅱ 思考・判断・表現		90				10						100	20
Ⅲ 主体的に学習に取り組む態度		90				10						100	30
評価の重点	①授業に取り組む意欲・態度 ②測定された記録や種目ごとの技能												

令和8年度 「保健体育」学習指導計画

学科	全学科		学年	2	履修	必修	
教科	保健体育科	科目名	保健	単位数	1	時数	35
教科書名(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)		副教材(発行所)	現代高等保健体育ノート(大修館書店)			
目標	① 個人の身体の仕組みと働きを正しく理解するとともに、社会全体の健康・安全についての理解も深める。 ② 生涯を通じて自らの健康管理を考え、生活行動を改善していくために知識を活用できるようにする。						

(注)評価の観点とは、Ⅰ「知識・技能」Ⅱ「思考・判断・表現」Ⅲ「主体的に学習に取り組む態度」を示す。

学期	月	内容のまとめ	単元 (実習項目)	単元の目標 (具体的目標)	評価の観点			配当 時数	主な評価方法
					Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ		
1	4	生涯を通じる健康	ライフステージと健康	・ライフステージと健康の関連について説明できる。 ・各ライフステージで活用できる社会からの支援について例をあげて説明できる。	○	○	○	1	・単元ごとの課題 ・口答による重要事項の確認 ・授業に取り組む姿勢、意欲、出欠 ・定期考査 以上を総合的に評価する。
			思春期と健康	・思春期における体の変化を、女性と男性に分けて説明できる。 ・思春期の心の発達にかかわって起こる問題について例をあげることができる。	○	○	○	2	
			性意識と性行動の選択	・性意識の男女差について例をあげて説明できる。 ・性情報が性行動の選択に影響を及ぼす例をあげることができる。	○	○	○	2	
	5		妊娠・出産と健康	・妊娠・出産の過程における健康課題について説明できる。 ・妊娠・出産期に活用できる母子保健サービスの例をあげることができる。	○	○	○	2	
			避妊法と人工妊娠中絶	・家族計画の意義と適切な避妊法について説明できる。 ・人工妊娠中絶が心身に及ぼす影響について説明できる。	○	○	○	2	
			結婚生活と健康	・心身の発達と結婚生活の関係について説明できる。 ・結婚生活を健康的に送るために必要な考え方や行動をあげることができる。	○	○	○	1	
	6		中高年期と健康	・加齢に伴う心身の変化について例をあげて説明できる。 ・高齢社会に必要な社会的な取り組みについて例をあげて説明できる。	○	○	○	2	
			働くことと健康	・働くことの意義と健康とのかかわりについて説明できる。 ・働き方や働く人の健康問題の変化について説明できる。	○	○	○	2	
			8	労働災害と健康	・労働災害の種類とその原因について例をあげて説明できる。 ・労働災害を防止するために必要なことをあげることができる。	○	○	○	
健康的な職業生活	・職場が行う健康に関する取り組みについて例をあげて説明できる。 ・余暇を積極的にとることの意義について説明できる。	○		○	○	2			
2	9	大気汚染と健康		・大気汚染の原因と健康への影響について例をあげて説明できる。 ・大気にかかわる地球規模の健康問題について例をあげて説明できる。	○	○	○	2	
		水質汚濁、土壌汚染と健康	・水質汚濁、土壌汚染の原因とその健康影響を説明できる。 ・大気、水、土壌にまたがる複合的な環境汚染の仕組みについて説明できる。	○	○	○	1		
		環境と健康にかかわる対策	・環境汚染による健康被害を防ぐ方法について説明できる。 ・産業廃棄物の処理について説明できる。	○	○	○	1		
	10	ごみの処理と上下水道の整備	・ごみの処理の現状やその課題について説明できる。 ・上下水道のしくみと健康にかかわる課題を説明できる。	○	○	○	2		
		食品の安全性	・食品の安全性と健康のかかわりについて説明できる。 ・食品の安全性に関する今日的課題について説明できる。	○	○	○	2		
		11	食品衛生にかかわる活動	・食品の安全性を確保するための行政や製造者の役割について説明できる。 ・食品の安全性を確保するための個人の役割について説明できる。	○	○	○	1	
	保健サービスとその活用		・保健行政の役割について例をあげて説明できる。 ・保健サービスの活用の例をあげることができる。	○	○	○	2		
	12		医療サービスとその活用	・わが国における医療保険のしくみについて説明できる。 ・さまざまな医療機関の役割について説明できる。	○	○	○	2	
		医薬品の制度とその活用	・医薬品の正しい使用方法について説明できる。 ・医薬品の安全性を守る取り組みについて例をあげて説明できる。	○	○	○	2		
3		さまざまな保健活動や社会的対策	・国際機関・民間機関などの保健活動について例をあげて説明できる。 ・行政機関による社会的対策について例をあげて説明できる。	○	○	○	1		
	健康に関する環境づくりと社会参加	・健康の保持増進のための環境づくりについて説明できる。 ・環境づくりへの主体的な参加が自他の健康づくりにつながることを説明できる。	○	○	○	2			
	3								

【観点別評価】

評価項目・対象	講義	演習	実験・実習	定期考査	実技・小テスト	ノート・レポート	課題・作品	発言	プレゼン	検定・資格	その他	観点別合計	評価の比重
Ⅰ 知識・技能	10			70		10		10				100	50
Ⅱ 思考・判断・表現	30			30		20		20				100	20
Ⅲ 主体的に学習に取り組む態度	30					30		30			10	100	30
評価の重点	①授業に取り組む意欲・態度 ②定期テストの結果と提出課題												

令和8年度 「保健体育」学習指導計画

学科	全学科		学年	3	履修	必修	
教科	保健体育科	科目名	体育	単位数	3	時数	105
教科書名(発行所)	現代高等保健体育(大修館書店)		副教材(発行所)	現代高等保健体育ノート(大修館書店)			
目標	① スポーツの楽しさ、身体活動の爽快さを学習するとともに、ルールを遵守する姿勢や礼儀を学び、習得する。 ② バランスの取れた体づくりをしながら、仲間と互いに協力し合い、生涯にわたって誰もが意欲的に運動に関わるとともに、明るく豊かな心を育てる。 ③ スポーツの意義や歴史、文化的特徴や、現代スポーツが取り巻くさまざまな問題について学び、習得する。						

(注)評価の観点とは、Ⅰ「知識・技能」Ⅱ「思考・判断・表現」Ⅲ「主体的に学習に取り組む態度」を示す。

学期	月	内容のまとめ	単元 (実習項目)	単元の目標 (具体的目標)	評価の観点			配当 時数	主な評価方法
					Ⅰ	Ⅱ	Ⅲ		
1	4	体育実技	体づくり運動(ラジオ体操)	・体の構造や運動の原則を理解し、健康の保持増進や体力の向上を目指した計画を立て取り組むことができる。 ・運動開始時の心や体の状態を確認するなど、健康・安全に留意して活動に取り組むことができる。	○	○	○	8	・単元ごとの 技能や理解 ・単元ごとの 記録測定 ・授業に取り組む 姿勢、意欲、 出欠 ・課題の提出 ・以上を総合的に 評価する。
			陸上競技(長距離走)	・自分の役割に主体的に取り組む、練習や競争、仲間との話し合いに積極的に参加することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施し、ルールやマナーを守って活動することができる。	○	○	○	8	
	5	体育理論	生涯スポーツの見方・考え方	・社会の変化に伴ってスポーツの役割がどのように変化したのかを説明できる。	○	○	○	1	
			スポーツテスト	・記録向上につながる動きのポイントを理解し、改善することができる。 ・安全に留意して実施し、ルールやマナーを守って正確に測定することができる。	○	○	○	5	
	6	体育実技	バレーボール	・バレーボールの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・ルールや試合方法、審判や運営の仕方などを理解することができる。 ・安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームができる。	○	○	○	10	
			生涯スポーツの見方・考え方	・ライフステージに対応したスポーツの楽しみ方を説明できる。	○	○	○	1	
	8	体育実技	水泳	・水泳の各種目で用いられる技術の名称と効率的に泳ぐためのポイントを理解することができる。 ・自分の役割に主体的に取り組む、練習や仲間との話し合いに積極的に参加することができる。 ・危険を理解して実施すると共に、互いに助け合い教え合おうとすることができる。	○	○	○	10	
ライフスタイルに応じたスポーツ			・「する」スポーツライフスタイルについて例をあげて説明できる。	○	○	○	1		
2	9	体育実技	ソフトボール	・ソフトボールの技術の名称やそれぞれの動きのポイント、ベースボール型の特性や戦術を理解することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームをすることができる。	○	○	○	10	
			ソフトテニス	・ソフトテニスの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・打ち込まれたボールに対応して、安定したラケット操作でコースや球種を使い分けてゲームをすることができる。	○	○	○	10	
	10	体育理論	ライフスタイルに応じたスポーツ	・現在の自分のスポーツライフの諸条件を整理し、今後の豊かな設計のための諸条件や工夫の仕方の例をあげられる。	○	○	○	1	
	11	体育実技	サッカー	・サッカーの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・危険を理解して安全に留意して実施するとともに、フェアなプレイを大切にゲームをすることができる。	○	○	○	10	
			バドミントン	・バドミントンの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・動きを観察することで課題を見つけ、練習を繰り返すことで技術や体力を高められることを理解することができる。	○	○	○	10	
12	体育理論	スポーツを推進する取り組み	・国内でスポーツを推進してきた従来の取り組みを説明できる。 ・自分が住んでいる地域におけるスポーツ推進の取り組みについて説明できる。	○	○	○	1		
3	1	体育実技	バスケットボール	・バスケットボールの技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・危険を理解して実施するとともに、仲間と課題を伝えるなど、互いに助け合い教え合おうとすることができる。	○	○	○	10	
			体育理論	豊かなスポーツライフの創造	・豊かなスポーツライフを創造していくための課題について例をあげて説明できる。	○	○	○	1
	2	体育実技	卓球	・卓球の技術や戦術、作戦の名称とそれらを身につけるためのポイントを理解することができる。 ・打ち込まれたボールの変化(球速、回転)やコース等の状況に応じたラケット操作でゲームをすることができる。 ・ルールや試合方法、審判や運営の仕方など、競技会のおこない方を理解することができる。	○	○	○	8	
3			体育実技						

105

【観点別評価】

評価項目・対象	講義	実技	実験・実習	定期考査	小テスト	ノート・レポート	課題・作品	発言	プレゼン	検定・資格	その他	観点別合計	評価の比重
Ⅰ 知識・技能		90				10						100	50
Ⅱ 思考・判断・表現		90				10						100	20
Ⅲ 主体的に学習に取り組む態度		90				10						100	30
評価の重点	①授業に取り組む意欲・態度 ②測定された記録や種目ごとの技能												