

科目名	単位数	課程・学科・学年	使用教科書名(出版社)				
体育[3年]	3	全日制課程・普通科・3学年	現代高等保健体育(大修館書店)				
科目の目標	保健の見方・考え方を働かせて、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、生涯を通じて人々が自らの健康や環境を適切に管理し、改善していくための資質・能力を次のとおり育成する。 (1) 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身に付けるようにする。 (2) 健康についての自他や社会の課題を発見し、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者に伝える力を養う。 (3) 生涯を通じ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、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。						
時期 月 週 日	単元・題材名	指導 時数	単元・題材で育成する資質・能力 ＜単元・題材の評価規準＞	評価方法	学習活動	主な言語活動	各教科等横断的な資質・能力の育成に関わる他教科等との関連
4月 第3週 ～ 5月 第2週	体づくり運動 県民体操 集団行動	15	① 知識・技能 ○知識 体づくり運動の行い方、体力の構成要素、実生活への取り入れ方などを理解している。 ○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取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 ③ 主体的に学習に取り組む態度 体づくり運動に主体的に取り組むとともに、互いに助け合い高め合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。	観察 テスト 観察 学習ノート 観察 学習ノート	・個別の運動実践 ・グループワーク ・課題の整理、解決 ・発表（小テスト）	・グループで仲間の技術的な課題を指摘しあったり、有効な練習方法を話し合う。	・保健「現代社会と健康」 (ウ) 生活習慣病などの予防と回復 ・保健「現代社会と健康」 (オ) 精神疾患の予防と回復〔自己実現〕 ・体育理論（豊かなスポーツライフの設計の仕方）
5月 第3週 ～ 6月 第3週	球技 〔ネット型〕 〔ベースボール型〕 (男女共習選) バレーボール ソフトテニス ソフトボール	19	① 知識・技能 ○知識 技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。 ○技能 〔ネット型〕 状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 〔ベースボール型〕 状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。 ② 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チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えている。 ③ 主体的に学習に取り組む態度 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。	観察 テスト 観察 学習ノート 観察 学習ノート	・個人練習 ・ペアワーク ・グループワーク ・ルールの確認 ・課題の整理、解決 ・リーグ戦	・ペアやチームで技術的な課題を指摘し合う。 ・ゲームにおいて勝つために、意見を出し合って作戦を立てる。 ・結果をペアやチームでふりかえり、次のゲームのためのミーティングをする。	・体育理論（運動やスポーツの効果的な学習の仕方）
6月 第4週	体育理論 (豊かなスポーツライフの設計の仕方)	3	① 知識・技能 ○知識 豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。 ② 思考・判断・表現 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。 ③ 主体的に学習に取り組む態度 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に主体的に取り組もうとしている。	ワークシート テスト 観察 ワークシート 観察 ワークシート	・講義 ・ワークシート ・グループ討論 ・発表 ・小テスト	・事実を正確に理解し伝達する。 ・自らの考えを整理し、他者に伝える。 ・他者の意見を解釈し自分の考えを深める。	・保健「現代社会と健康」 (オ) 精神疾患の予防と回復〔自己実現〕
6月 第5週 ～ 9月 第2週	球技・水泳 〔ネット型〕 〔水泳〕 (男女共習選択) 卓球 バドミントン 水泳	17	① 知識・技能 ○知識 技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。 ○技能 〔球技〕 状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 〔水泳〕 (クロール) 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 (平泳ぎ) 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、伸びのある動作と安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 (背泳ぎ) 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 (バタフライ) 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりすることができる。 ② 思考・判断・表現 〔球技〕 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えている。 〔水泳〕 生涯にわたって運動を豊かに継続するための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取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	観察 テスト タイム計測 記録 レポート 観察 学習ノート	・個人練習 ・ペアワーク ・グループワーク ・課題の整理、解決 ・タイムトライアル	・ペアで技術的な課題を指摘し合う。 ・お互いの健康と安全を確保するために、積極的に声かけなどをとする。	・体育理論（運動やスポーツの効果的な学習の仕方） ・保健「安全な社会生活」 (イ) 応急手当

		<p>③ 主体的に学習に取り組む態度 〔球技〕 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることをしたり、健康・安全を確保したりしている。 〔水泳〕 水泳に主体的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどをしたり、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保したりしている。</p>	観察 学習ノート			
9月 第3週	体育理論 (豊かなスポーツライフの設計の仕方)	<p>① 知識・技能 ○知識 豊かなスポーツライフの設計の仕方について理解している。 ② 思考・判断・表現 豊かなスポーツライフの設計の仕方について、課題を発見し、よりよい解決に向けて思考し判断するとともに、他者に伝えている。 ③ 主体的に学習に取り組む態度 豊かなスポーツライフの設計の仕方についての学習に主体的に取り組もうとしている。</p>	ワークシート テスト 観察 ワークシート	<ul style="list-style-type: none"> 講義 ワークシート グループ討論 発表 小テスト 	<ul style="list-style-type: none"> 概念・法則を解釈し説明する。 自分の考えや集団の考えを発展させる。 自らの考えを整理し、他者に伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> 保健「現代社会と健康」 (オ) 精神疾患の予防と回復 〔自己実現〕
9月 第4週 ～ 10月 第4週	球技 〔ゴール型〕 〔ネット型〕 (男女共習選択) サッカー 卓球 バドミントン	<p>① 知識・技能 ○知識 技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。 ○技能 〔ゴール型〕 状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 〔ネット型〕 状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 ② 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チームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えている。 ③ 主体的に学習に取り組む態度 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとすることをしたり、健康・安全を確保したりしている。</p>	観察 テスト 観察 学習ノート 観察 学習ノート	<ul style="list-style-type: none"> 個人練習 ペアワーク グループワーク ルールの確認 課題の整理、解決 リーグ戦 	<ul style="list-style-type: none"> ペアやチームで技術的な課題を指摘し合う。 ゲームにおいて勝つために、意見を出し合って作戦を立てる。 結果をペアやチームでふりかえり、次のゲームのためのミーティングをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 体育理論 (運動やスポーツの効果的な学習の仕方)
10月 第5週 ～ 12月 第3週	陸上 (長距離走)	<p>① 知識・技能 ○知識 技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。 ○技能 〔長距離走〕 ペースの変化に対応して走ることができる。 ② 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取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 ③ 主体的に学習に取り組む態度 陸上競技に主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。</p>	観察 タイム計測 記録 レポート 観察 学習ノート 観察 学習ノート	<ul style="list-style-type: none"> 個人練習 グループワーク 課題の整理、解決 タイムトライアル 	<ul style="list-style-type: none"> お互いの健康と安全を確保するために、積極的に声かけなどをする。 自らの経験や知識を整理し、仲間に有効なアドバイスをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 保健「現代社会と健康」 (ウ) 生活習慣病などの予防と回復 体育理論 (運動やスポーツの効果的な学習の仕方)
12月 第4週 ～ 1月 第5週	球技・ダンス 〔ゴール型〕 〔ネット型〕 〔ダンス〕 (男女共習選択) バスケットボール 卓球 ダンス	<p>① 知識・技能 ○知識 〔球技〕 技術などの名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などを理解している。 〔ダンス〕 ダンスの名称や用語、文化的背景と表現の仕方、交流や発表の仕方、課題解決の方法、体力の高め方などを理解している。 ○技能 〔球技〕 〔ゴール型〕 状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができる。 〔ネット型〕 状況に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出すなどの攻防をすることができる。 〔ダンス〕 現代的なリズムのダンスでは、リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ることができる。 ② 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チーム(グループ)や自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えている。</p>	観察 テスト 観察 学習ノート	<ul style="list-style-type: none"> 個人練習 ペアワーク グループワーク ルールの確認 課題の整理、解決 リーグ戦 	<ul style="list-style-type: none"> ペアやチームで技術的な課題を指摘し合う。 ゲームにおいて勝つために、意見を出し合って作戦を立てる。 結果をペアやチームでふりかえり、次のゲームのためのミーティングをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 体育理論 (運動やスポーツの効果的な学習の仕方)

		<p>③ 主体的に学習に取り組む態度</p> <p>〔球技〕 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、互いに助け合い高め合おうとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。</p> <p>〔ダンス〕 ダンスに主体的に取り組むとともに、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとする、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとするなどをしたり、健康・安全を確保したりしている。</p>	<p>観察 学習ノート</p>			
指導時間数の計		105				