

教科・科目		教科書
体育		現代高等保健体育（大修館）
学年	単位数	使用教材
2年（文理・基礎）	2	アクティブスポーツ 2025[総合版]（大修館）
科目の概要と目標	運動を計画的に実践し応用する能力を高める。 スポーツ特有の技能を向上させ、個人及びグループで運動計画を作成し実施する。 生活習慣病予防の知識も深め、健康増進のための実践力を育てる。	

学期	学習内容（単元等）	到達目標
1	体づくり運動	・体ほぐし運動や体力を高める運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わうことができる。自己の体力や生活に応じた運動の計画を立て、実践することができる。
	新体力テスト	・自己の体力・運動能力の現状を把握し、運動に親しむ資質や能力、体力を培うことができる。
	陸上競技	・自己の能力に応じて学習に主体的に取り組み、記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わうことができる。
	フライングディスク	・フライングディスクの操作技能（投げる、捕る等）を身に付けることができる。計画的な練習やゲームの仕方を考え、実践することができる。
2	球技(ネット型・ソフトバレーボール)	・オーバーハンド、アンダーハンドパスの技能を向上することができる。スパイクやサーブの方法を研究し、主体的かつ計画的に練習に取り組むことができる。 ・ルールや審判法について理解することができる。
	球技（ゴール型・サッカー）	・自己の能力に応じて各技能（パス、ドリブル、シュート等）の習得に積極的に取り組むことができる。 ・仲間と協力して練習やゲームに取り組むことができる。 ・ルールや審判法について理解することができる。
	器械運動	・自己に適した技を高めるための練習を計画し、実践することができる。
	球技(ネット型・バドミントン)	・ラケット操作を向上させ、サーブ、ハイクリア、ドロップ、スマッシュ等の打ち分けができる。 ・ルールや審判法について理解することができる。

令和8年度シラバス

学 期	学習内容（単元等）	到達目標
3	球技（ゴール型・バスケットボール）	・ 自己の能力に応じて各技能（パス、ドリブル、シュート等）の習得に積極的に取り組むことができる。 ・ 仲間と協力し、計画的に練習やゲームに取り組むことができる。 ・ ルールや審判法について理解することができる。
	球技（ネット型・卓球）	・ サーブ、レシーブ、ラリー、スマッシュ等の機能を向上することができる。 ・ ルールや審判法について理解することができる。
	体育理論	・ 運動、スポーツにおける技能と体力の関係について理解することができる。