

足立 高等学校 令和5年度（1学年用） 教科 保健体育 科目 体育

教科：保健体育 科目：体育 単位数：2 単位

対象学年組：第1学年 A組・C組

教科担当者：（A組：益田、阿久井、荒川） （C組：益田、阿久井、荒川）

使用教科書：（大修館 現代高等保健体育）

教科 保健体育 の目標：

- 【知識及び技能】 各種の運動の特性に応じた技能等及び社会生活における健康・安全について理解するとともに、技能を身につけるようにする。
- 【思考力、判断力、表現力等】 運動や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、他者に伝える力を養う。
- 【学びに向かう力、人間性等】 生涯にわたって継続して運動に親しむとともに健康の保持増進と体力の向上を目指し、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を養う。

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するとともに、それらの技能を身につけるようにする。	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し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。	運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組み、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

	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(ゴール型・バスケットボール) 【知識及び技能】 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技術で仲間と連携し、ゲームを展開することができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防をすることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主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など、作戦などについて話し合いに貢献しようとするなど、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など、互いに助け合い教え合おうとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。	①ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。②味方が操作しやすいパスを送ること。③守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすること。④ゴール前に広い空間を作り出すために、守備者を引きつけてゴールから離れること。⑤パスを出した後、次に次のパスを受ける動きをすること。⑥ボール保持者が進行できる空間を作り出すために、進行方向から離れること。⑦ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ること。⑧ゴール前の空いている場所をカバーすること。	【知識・技能】 ①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た。②ゲームのルール、試合方法や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た。③安定したボール操作や状況に応じたボール操作、チームメイトと連携して空間を作り出す動きや空間を埋める動きなどをゲームで行うことができた。 【思考・判断・表現】 ①自分やチームの課題を見つけ、これまで学んだ知識や技能を活用して、課題解決に有効な練習方法を選択したり、課題を解決するための練習計画を立てることができた。②練習やゲーム時に、よりよいマナーやプレイができ、健康や安全を確保する活動ができるように、自分やチームの活動を振り返るとともに仲間に提案することができた。③チームで作戦や戦術を選ぶ際に、仲間と話し合い、自分の考えを仲間に伝えることで皆が納得することができた。④体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習やゲームのおこない方を工夫することができた。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①分担した役割に主体的に取り組む、練習やゲーム、チームの話し合いに積極的に参加することができた。②競技の特性に応じた危険を理解したうえで、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た。③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認め、仲間を称えるとともに、仲間へ助言することで信頼関係を深め、互いに高め合うことができた。	○	○	○	26
				実技テスト	○	○	○
2 学 期	球技(ネット型・バドミントン) 【知識及び技能】 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技術で仲間と連携し、ゲームを展開することができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 役割に応じたシャト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いた場所をめぐる攻防をすることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 球技に自主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など、作戦などについて話し合いに貢献しようとするなど、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など、互いに助け合い教え合おうとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。	①サーブでは、シャトルを狙った場所に打つこと。②シャトルを相手側のコートに打ち返すこと。③腕やラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むこと。④ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。⑤連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くこと。	【知識・技能】 ①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た。②ゲームのルール、試合方法や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た。③役割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いた場所をめぐる攻防がゲームで行うことができた。 【思考・判断・表現】 ①自分やチームの課題を見つけ、これまで学んだ知識や技能を活用して、課題解決に有効な練習方法を選択したり、課題を解決するための練習計画を立てることができた。②練習やゲーム時に、よりよいマナーやプレイができ、健康や安全を確保する活動ができるように、自分やチームの活動を振り返るとともに仲間に提案することができた。③チームで作戦や戦術を選ぶ際に、仲間と話し合い、自分の考えを仲間に伝えることで皆が納得することができた。④体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習やゲームのおこない方を工夫することができた。 【主体的に学習に取り組む態度】 ①分担した役割に主体的に取り組む、練習やゲーム、チームの話し合いに積極的に参加することができた。②競技の特性に応じた危険を理解したうえで、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た。③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認め、仲間を称えるとともに、仲間へ助言することで信頼関係を深め、互いに高め合うことができた。	○	○	○	28
				実技テスト	○	○	○

3 学 期	<p>球技(ネット型・卓球)</p> <p>【知識及び技能】勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技術で仲間と連携し、ゲームを展開することができるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】役割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いた場所をめぐる攻防をすることができるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】球技に自主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事、作戦などについての話し合いに貢献しようとする事、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事、互いに助け合い教え合おうとする事などや、健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>①サーブでは、ボールを狙った場所に打つこと。②ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すこと。③腕やラケットを強く振って、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むこと。④ラリーの中で、見方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。⑤連携プレイのための基本的なフォーメーションに応じた位置に動くこと。</p>	<p>【知識・技能】①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た。②ゲームのルール、試合方法や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た。③役割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いた場所をめぐる攻防がゲームで行うことができた。</p> <p>【思考・判断・表現】①自分やチームの課題を見つけ、これまで学んだ知識や技能を活用して、課題解決に有効な練習方法を選択したり、課題を解決するための練習計画を立てることができた。②練習やゲーム時に、よりよいマナーやプレイができ、健康や安全を確保する活動ができるように、自分やチームの活動を振り返るとともに仲間に提案することができた。③チームで作戦や戦術を選ぶ際に、仲間と話し合い、自分の考えを仲間に伝えることで皆が納得することができた。④体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに楽しむための練習やゲームのおこない方を工夫することができた。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】①分担任した役割に主体的に取り組む、練習やゲーム、チームの話し合いに積極的に参加することができた。②競技の特性に応じた危険を理解したうえで、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た。③一人一人の違いに応じた課題や挑戦を認め、仲間を称えるとともに、仲間へ助言することで信頼関係を深め、互いに高め合うことができた。</p>	○	○	○	18
	実技テスト			○	○	○	2
							合計 78