

## 年間授業計画 新様式例

## 飛鳥 高等学校 令和6年度(1年次用)

教科：保健体育科 科目：体育1

対象学年組：第1年次 1組～6組

使用教科書：(現代高等保健体育 大修館書店)

教科 保健体育科 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個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。

**【思考力、判断力、表現力等】** 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

## 保健体育科 科目 体育1

単位数：2 単位

)

## 科目 体育1

## 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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようになるため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理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、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

	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	<p><b>【知識及び技能】</b> 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や技術、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開できるようになる。</p> <p><b>【思考力、判断力、表現力等】</b> 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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られるようになる。</p> <p><b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについての話し合いに参加しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとすること、仲間の学習を援助しようとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようになる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3単位のうち2単位を2時間続きの球技を行い、3展開で授業を行う。</li> <li>・バレーボール、サッカー、アルティメットより1種目を選択し3展開で授業を行う。</li> <li>・各種目グループ学習を実施し、生徒が計画を立案し、生徒同士で練習や試合を行う。</li> <li>・個人カードを使用し、振り返りや目標の設定を毎時間行う。</li> </ul> <p>2単位種目</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレーボール</li> <li>1. 個人技能 バス、スパイク、サーブ等</li> <li>2. 集団技能 3段攻撃、ブロック等</li> <li>3. 試合</li> <li>・アルティメット</li> <li>1. 個人技能 バス、キャッチ、カット等</li> <li>2. 集団技能 ランニングバス、フォーメーション等</li> <li>3. 試合</li> <li>・サッカー</li> <li>1. 個人技能 バス、シュート、ドリブル等</li> <li>2. 集団技能 ポジショニング等</li> <li>3. 試合</li> </ul> <p>2. 集団技能</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>フォーメーション、カノン、シンメトリー等</li> <li>・陸上競技</li> <li>1. 個人技能 短距離、ハードル、高跳び、砲丸、やり投げ</li> <li>2. 集団技能 リレー、競技会運営等</li> </ul>	<p><b>【知識・技能】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・競技特性や技術の名称、作戦等が多くあることを知っている。</li> <li>・運動の課題に応じて、練習や試合・発表中の技能を分析したりする運動観察の方法を理解している。</li> <li>・種目の基本的な技能を身に付けている。</li> <li>・仲間と連携した動きで試合や発表を展開することができている。</li> </ul> <p><b>【思考・判断・表現】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の課題を発見することや合理的な解決に向けた運動への取組ができている。</li> <li>・グループ内で自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができている。</li> <li>・グループが抱えている課題を発見し、その合理的な解決に向けた練習を見通しを立て計画的に練習計画を立て、グループ全体で練習することができている。</li> </ul> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体つくり運動や体力を高める運動に全力で取り組むことができている。</li> <li>・フェアプレーを理解し、怪我の防止や安全に配慮しながら練習や試合、発表ができている。</li> <li>・話し合いに参加することや、仲間の学習を援助しながら練習や試合、発表をすることが能够している。</li> </ul>	○	○	○	24
	<p><b>B 水泳</b></p> <p><b>【知識及び技能】</b> 記録の向上や競争の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、効率的に泳げるようになる。</p> <p><b>【思考力、判断力、表現力等】</b> 泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えられるようになる。</p> <p><b>【学びに向かう力、人間性等】</b> 水泳に自主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すること、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することなどや、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保できるようになる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・習熟度で3つのコースに分け授業を実施する。</li> </ul> <p>Aコース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・浮き・ストリームライン</li> <li>・キック・プル・息継ぎ</li> <li>・25mクロール、平泳ぎ</li> </ul> <p>Bコース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クロール（キック・プル）</li> <li>・平泳ぎ（キック・プル）</li> <li>・50メートル</li> <li>・時間泳</li> </ul> <p>Cコース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クロール（コンビネーション）</li> <li>・平泳ぎ（コンビネーション）</li> <li>・背泳ぎ（キック・プル）</li> <li>・バタフライ（キック・プル）</li> <li>・100m個人メドレー</li> </ul>	<p><b>【知識・技能】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・水泳の特性や技術の名称、体力の高め方等を知っている。</li> <li>・運動観察の方法を理解している。</li> <li>・各コースに応じて、より早くより長く泳ぐことができる。</li> <li>・各コースに応じて、様々な泳法でよりきれいに泳ぐことができる。</li> </ul> <p><b>【思考・判断・表現】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・泳法など自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。</li> <li>・自己の考えたことを他者に伝えることができる。</li> </ul> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体つくり運動や体力を高める運動に全力で取り組むことができている。</li> <li>・水泳の事故防止に関する心得を遵守し、安全に水泳に取組むことができている。</li> <li>・一人一人の違いに応じた課題や挑戦することを大切に取り組むことができている。</li> </ul>	○	○	○	

2 学 期	C 球技 1 学期 (A欄) と同様	<ul style="list-style-type: none"> <li>・種目はバドミントン、ソフトボール、アルティメットより 1 種目を選択し 3 展開で授業を行う。</li> <li>他、1 学期 (A 欄) と同様</li> <li>・バドミントン</li> <li>1. 個人技能 ハイクリア、トロップ、スマッシュ等</li> <li>2. 集団技能 ダブルス等</li> <li>3. 試合</li> <li>・ソフトボール</li> <li>1. 個人技能 バッティング、キャッチング、スローイング等</li> <li>2. 集団技能 カバーリング、走塁等</li> <li>3. 試合</li> <li>・アルティメット</li> <li>1. 個人技能 ストローク等</li> <li>2. 試合</li> </ul>	1 学期 (A 欄) と同様				
	D 球技・持久走 1 学期 (A欄) と同様	<ul style="list-style-type: none"> <li>・種目はバスケットボール、ユニホック、卓球より 1 種目を選択し 3 展開で授業を行う。</li> <li>他、1 学期 (A 欄) と同様</li> <li>・バスケットボール</li> <li>1. 個人技能 シュート、ドリブル、パス等</li> <li>2. 集団技能 3 メン、スクリーン等</li> <li>3. 試合</li> <li>・ユニホック</li> <li>1. 個人技能 パス、シュート、ドリブル等</li> <li>2. 集団技能 フォードショット、ディフェンス等</li> <li>3. 試合</li> <li>・卓球</li> <li>1. 個人技能 ストローク、ツツキ等</li> <li>2. 集団技能 ダブルス等</li> <li>3. 試合</li> </ul>	1 学期 (A 欄) と同様				
3 学 期							合計
							70

## 年間授業計画 新様式例

飛鳥 高等学校 令和6年度(1年次用) 教科 保健体育科 科目 保健 1

教 科：保健体育科 科 目：保健 1

单位数 : 1 单位

対象学年組：第 1 年次 1 組～ 6 組

使用教科書：（現代高等保健体育 大修館書店）

1

教科 保健体育科

## の目標：

【知識及び技能】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、技能を身につけるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】 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、目的的状況に応じて他者に伝える力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】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、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を養う。

科目	保健 1	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】
現代社会における健康・安全について理解を深めるとともに、技能を身につけ実生活で実践できるようにする。	現代社会において生じている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。	生涯を通じて現代社会で明るく豊かで活力のある生活を営めるよう、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そうとする態度を養う。

## 年間授業計画 新様式例

## 飛鳥 高等学校 令和6年度(2年次用)

教科：保健体育科 科目：体育2

対象学年組：第2年次 1組～6組

使用教科書：(現代高等保健体育 大修館書店)

教科 保健体育科 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個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。

**【思考力、判断力、表現力等】** 運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

科目 体育2 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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようになるため、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理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、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

	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	A 球技・柔道・ダンス・陸上競技  【知識及び技能】 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や技術、その運動に関する高まる体力などを理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開できるようになる。 【思考力、判断力、表現力等】 攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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られるようになる。 【学びに向かう力、人間性等】 球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうとする、作戦などについての話し合いに参加しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとすること、仲間の学習を援助しようとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようになる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・3単位のうち2単位を2時間続きの球技を行い、1単位を1時間の柔道・ダンス・陸上競技より1種目を選択し3展開で授業を行う。</li> <li>・2単位の球技はバレー・ボール、サッカー、アルティメットより1種目を選択し3展開で授業を行う。</li> <li>・各種目グループ学習を実施し、生徒が計画を立案し、生徒同士で練習や試合を行う。</li> <li>・個人カードを使用し、振り返りや目標の設定を毎時間行う。</li> </ul> <p>2単位種目</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バレー・ボール           <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 個人技能 パス、スパイク、サーブ等</li> <li>2. 集団技能 3段攻撃、ブロック等</li> <li>3. 試合</li> </ul> </li> <li>・アルティメット           <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 個人技能 パス、キャッチ、カット等</li> <li>2. 集団技能 ランニング・パス、フォーメーション等</li> <li>3. 試合</li> </ul> </li> <li>・サッカー           <ul style="list-style-type: none"> <li>1. 個人技能 パス、シュート、ドリブル等</li> <li>2. 集団技能 ポジショニング等</li> <li>3. 試合</li> </ul> </li> </ul> <p>1単位種目</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・柔道</li> <li>・ダンス</li> <li>1. 個人技能 ダンスの基本ステップ、アイソレーション等</li> <li>2. 集団技能 フォーメーション、カノン、シンメトリー等</li> <li>・陸上競技</li> <li>1. 個人技能 短距離、ハードル、高跳び、砲丸、やり投げ</li> <li>2. 集団技能 リレー、競技会運営等</li> </ul>	<p><b>【知識・技能】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・競技特性や技術の名称、作戦等が多くあることを知っている。</li> <li>・運動の課題に応じて、練習や試合・発表中の技能を分析したりする運動観察の方法を理解している。</li> <li>・種目の基本的な技能を身に付けている。</li> <li>・仲間と連携した動きで試合や発表を展開することができている。</li> </ul> <p><b>【思考・判断・表現】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自己的課題を発見することや合理的な解決に向けた運動への取組ができる。</li> <li>・グループ内で自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができている。</li> <li>・グループが抱えている課題を発見し、その合理的な解決に向けた練習を見通しを立て計画的に練習計画を立て、グループ全体で練習することができている。</li> </ul> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体つくり運動や体力を高める運動に全力で取り組むことができている。</li> <li>・フェアプレーを理解し、怪我の防止や安全に配慮しながら練習や試合、発表ができる。</li> <li>・話し合いに参加することや、仲間の学習を援助しながら練習や試合、発表をすることができる。</li> </ul>	○	○	○	36
	B 水泳  【知識及び技能】 記録の向上や競争の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、効率的に泳げるようになる。 【思考力、判断力、表現力等】 泳法などの自己や仲間の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己の考えたことを他者に伝えられるようになる。 【学びに向かう力、人間性等】 水泳に自動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すること、自己の責任を果たそうとす	<ul style="list-style-type: none"> <li>・習熟度で3つのコースに分け授業を実施する。</li> </ul> <p>Aコース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・浮き・ストリームライン</li> <li>・キック・ブル・息継ぎ</li> <li>・25mクロール、平泳ぎ</li> </ul> <p>Bコース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クロール（キック・ブル）</li> <li>・平泳ぎ（キック・ブル）</li> <li>・50メートル</li> <li>・時間泳</li> </ul> <p>Cコース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クロール（コンビネーション）</li> <li>・平泳ぎ（コンビネーション）</li> <li>・背泳ぎ（キック・ブル）</li> </ul>	<p><b>【知識・技能】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・水泳の特性や技術の名称、体力の高め方等を知っている。</li> <li>・運動観察の方法を理解している。</li> <li>・各コースに応じて、より早くより長く泳ぐことができる。</li> <li>・各コースに応じて、様々な泳法でよりきれいに泳ぐことができる。</li> </ul> <p><b>【思考・判断・表現】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・泳法など自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫することができる。</li> <li>・自己の考えたことを他者に伝えることができる。</li> </ul> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体つくり運動や体力を高める運動に全力で取り組むことができている。</li> <li>・水泳の事故防止に関する心得を遵守し、安</li> </ul>	○	○	○	

	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や、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保できるようにする。	・バタフライ（キック・ブル） ・100m個人メドレー	全に水泳に取組むことができている。 ・一人一人の違いに応じた課題や挑戦することを大切に取り組むことができている。			
2 学 期	C 球技・柔道・ダンス・陸上競技 1学期（A欄）と同様	2単位種目 ・バドミントン、ソフトボール、テニスより1種目を選択し3展開で授業を行う。 他、1学期（A欄）と同様 ・バドミントン 1. 個人技能 ハイクリア、トロップ、スマッシュ等 2. 集団技能 ダブルス等 3. 試合 ・ソフトボール 1. 個人技能 バッティング、キャッチング、スローイング等 2. 集団技能 カーリング、走塁等 3. 試合 ・テニス 1. 個人技能 ストローク、ボレー等 2. 集団技能 ダブルス等 3. 試合  ・2学期中旬から1単位種目は持久走を全員必修で行う。 1km～5km	1学期（A欄）と同様	○ ○ ○	45	
3 学 期	D 球技・持久走 1学期（A欄）と同様	・2単位種目バスケットボール、ユニホック、卓球より1種目を選択し3展開で授業を行う。 他、1学期（A欄）と同様 ・バスケットボール 1. 個人技能 シュート、ドリブル、パス等 2. 集団技能 3メン、スクリーン等 3. 試合 ・ユニホック 1. 個人技能 パス、シュート、ドリブル等 2. 集団技能 フォーメーション、ディフェンス等 3. 試合 ・卓球 1. 個人技能 ストローク、ツツツキ等 2. 集団技能 ダブルス等 3. 試合  ・1単位種目は持久走を全員必修で行う。 1km～5km	1学期（A欄）と同様	○ ○ ○	24	
					合計	105

## 年間授業計画 新様式例

飛鳥 高等学校 令和6年度(2年次用) 教科 保健体育科 科目 保健2

教 科：保健体育科 科 目：保健 2

单位数： 1 单位

対象学年組：第 2 年次 1 組～ 6 組

使用教科書：（現代高等保健体育 大修館書店）

3

教科 保健体育科

## の目標：

【知識及び技能】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、技能を身につけるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】 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、目的的状況に応じて他者に伝える力を養う。

【学びに向かう力、人間性等】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、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を養う。

科目	保健 2	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】
生涯を通じる健康について、自他や社会の課題を発見し、その解決を目指した活動を通して、生涯の各段階における健康と労働と健康的な項目について身に付けることができるようとする。	生涯を通じる健康に関する情報から課題を発見し、健康に関する原則や概念に着目して解決の方法を思考し判断するとともに、それらを表現する。	生涯を通じて現代社会で明るく豊かで活力のある生活を営めるよう、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そうとする態度を養う。

## 年間授業計画 新様式例

飛鳥 高等学校 令和6年度（3年次用）教科 保健体育 科目 体育 3

教 科 : 保健体育 科 目 : 体育 3

单位数 : 2 单位

対象学年組：第 3 年次 1 組～ 6 組

1

使用教科書：（現代高等保健体育 大修館書店

## 教科 体育 3 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個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようとする。

【思考力、判断力、表現力等】運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

科目 体育 3

毎にわたつ

【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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようになると、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理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、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

||

△・△  
ランニングパス、フォーメーション等  
3. 試合

70

## 年間授業計画 新様式例

飛鳥 高等学校 令和6年度（2年次用）教科 保健体育 科目 野外活動

教 科： 保健体育 科 目： 野外活動

单位数 : 2 单位

対象学年組：第 2 年次 1 組～ 6 組

使用教科書：（プリント等を使用）

1

教科 保健体育科

### 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個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】運動や健康についての自他の課題を発見し、合理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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

科目	野外活動	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】
自然の中での行動の仕方、及び自然に親しむことができる資質や能力を身につける	活動において、仲間と実習の方法や課題について話し合い自分の意見を伝えたり、仲間の意見を聞こうとする力を育み、課題解決に向けて仲間と協力して行うことができるようにする	授業に積極的に取り組むことができるようになる 仲間と協調性をもって活動に取り組むことができるようになる	

	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	A キャンプ・サーフィンについて 【知識及び技能】 キャンプやサーフィンについて基本的な知識と技術を身につけることができるようとする 安全に活動できる知識や技術を身につけることができるようとする 【思考力、判断力、表現力等】 グループの中でのそれぞれの役割を把握し、自分が何をすべきか考え行動ができるようにしたり、仲間に助けを求めたり指示を出したりできるようとする 【学びに向かう力、人間性等】 自分勝手な行動をとらず、協調性をもって準備や片付け、実習を行うことができるようとする	1. オリエンテーション 1年を通して授業の活動内容や、ルール説明 2. 火起こし・飯ごう炊さん ・火のおこし方、ご飯の炊き方 3. 水平活動とサーフィンについて ・泳力確認、パドリング、ティクオフ 4. 実習の事前指導	【知識・技能】 授業で学んだことが身についている。学んだことを応用して活動に生かすことができている。(観察・事後レポート) 【思考・判断・表現】 自分の考えを他者に伝えたり、他者の考えを受け入れながら協力して活動ができている。(観察) 【主体的に学習に取り組む態度】 積極的に授業に取り組んでいる(欠時・観察・事後レポート)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	24
2 学 期	B アウトドアスポーツについて 【知識及び技能】 野外スポーツについて基本的な知識と技能を身につけることができるようとする 【思考力、判断力、表現力等】 自他の課題を発見し、課題を解決するための方法を言ったり書くことができるようとする 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力して、課題解決に向け取り組めるようとする。 野外スポーツの楽しさを味わい、生涯を通じて野外スポーツを楽しむ資質や能力を高める。	1. 実習の振り返り・地図の読み方 2. ウォークラリーについて 3. ウォークラリー・オリエンテーリング 4. アウトドアクッキング 5. ゴルフ練習 6. ゴルフ実習 7. スキー概論・実践トレーニング 8. スキー実習実践トレーニング 9. スキー実習事前指導	【知識・技能】 アウトドアスポーツについての技能が身についているか。マナーやルールを理解し安全に取り組めているか。(観察、実技テスト等) 【思考・判断・表現】 アウトドアスポーツについて自他の課題を発見し課題を解決するための方法を言ったり書いたりしている(事後レポート・観察) 【主体的に学習に取り組む態度】 積極的に授業に取り組んでいるか(欠時・事後レポート・観察)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	28
3 学 期	C 野外レクレーションについて 【知識及び技能】 野外レクレーションについて基本的な知識と技能を身につけることができるようとする 【思考力、判断力、表現力等】 野外レクレーションの運営について計画的に企画を立案したり実行する能力を高める。 【学びに向かう力、人間性等】 仲間と協力して、活動ができたり、互いが楽しめるようルールを守ったり、運営したりする資質や能力を育む。	1. スキー実習の振り返り 2. 焼き芋づくり 3. 冬の伝統的な遊びについて 4. 遊びの実践 5. 餅つき 6. 総まとめ企画立案 7. 企画の実施 8. 大掃除	【知識・技能】 野外レクレーションについての技能が身についているか。マナーやルールを理解し安全に取り組めているか。(観察、実技テスト等) 【思考・判断・表現】 野外レクリエーションの運営において仲間と合意形成をはかりながら企画を立案し、発表し、計画をたてることができているか。(企画書・観察) 【主体的に学習に取り組む態度】 積極的に授業に取り組んでいるか(欠時・事後レポート・観察)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	18

## 年間授業計画 新様式例

飛鳥 高等学校 令和6年度(3年次用) 教科 保健体育 科目 サッカー演習

教 科： 保健体育 科 目： サッカー演習

单位数 : 2 单位

対象学年組：第 3 年次 1 組～ 6 組

使用教科書：（

1

教科 保健体育

### の目標：

【知識及び技能】サッカーの特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようとする。

【思考力、判断力、表現力等】サッカーについての自他の課題を発見し、合理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】生涯にわたってサッカー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、明るく豊かな生活を営む態度を養う

## 科目 サッカー演習

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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようになると、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理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、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

	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	<p>サッカー</p> <p>【知識及び技能】</p> <p>勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や技術、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本的な技術や仲間と連携した動きでゲームを展開できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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られるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <p>球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうすること、作戦などについての話し合いに参加しようすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようすること、仲間の学習を援助しようとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようとする。</p>	<p>(4月～7月)</p> <p>①個人技能の向上を主眼とし、身体的能力や個人技術を中心に活動する。</p> <p>②個人戦術を理解する。</p> <p>③ルールを理解する。</p>	<p>【知識・技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>競技特性や技術の名称、作戦等が多くあることを知っている。</li> <li>ゲームの課題に応じて、練習やゲーム中の技能を分析したりする運動観察の方法を理解している。</li> <li>種目の基本的な技能を身に付けている。</li> <li>仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。</li> </ul> <p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自己の課題を発見することや合理的な解決に向けた運動への取組ができる。</li> <li>グループ内で自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができる。</li> <li>グループが抱えている課題を発見し、その合理的な解決に向けた練習計画を立て、グループ全体で練習することができる。</li> </ul> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>体つくり運動や体力を高める運動に全力で取り組むことができる。</li> <li>フェアプレーを理解し、怪我の防止や安全に配慮しながら練習や試合ができる。</li> <li>作戦などの話し合いに参加することや、仲間の学習を援助しながら練習や試合を行うことができる。</li> </ul>	<input type="radio"/> ○ <input type="radio"/> ○ <input type="radio"/> ○	24
2 学 期	1学期と同様	<p>(9月～12月)</p> <p>①個人技能の向上に伴い、集団技能の向上と発展を目指す。</p> <p>②チーム戦術の理解を目指す。</p> <p>③ルールを理解する。</p>	1学期と同様	<input type="radio"/> ○ <input type="radio"/> ○ <input type="radio"/> ○	30
3 学 期	1学期と同様	<p>(1月～3月)</p> <p>①個人技能の精度を高め、集団技能をより高いレベルへ発展させることを目指す。</p> <p>②ゲームにおける戦術理解を目指す。また、状況把握と状況に適した戦術修正ができる能力を育成する。</p> <p>③全員がルールを理解し、スマーズに試合を行えるようになる。</p>	1学期と同様	<input type="radio"/> ○ <input type="radio"/> ○ <input type="radio"/> ○	16
					合計 70

## 年間授業計画 新様式例

飛鳥 高等学校 令和6年度（3年次用）教科

教 科： 保健体育 科 目： バスケットボール演習

## 保健体育 科目 バスケットボール演習

单位数： 2 单位

対象学年組：第3年次 1組～6組

### 使用教科書：（

教科 保健体育

### の目標：

【知識及び技能】バスケットボールの特性に応じた技能等及び個人生活における健康・安全について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。

【思考力、判断力、表現力等】バスケットボールについての自他の課題を発見し、合理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】**生涯にわたってバスケットボール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、明るく豊かな生活を営む態度を養う。

科目 バスケットボール演習

## 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】
運動の合理的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを味わい、運動を豊かに実践することができるようになると、運動、体力の必要性について理解するとともに、基本的な技能を身に付けるようにする。	運動についての自己の課題を発見し、合理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、公正に取り組む、互いに協力する、自己の役割を果たす、一人一人の違いを認めようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全に留意し、自己の最善を尽くして運動をする態度を養う。

	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	<p>バスケットボール 【知識及び技能】</p> <p>勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、球技の特性や技術、その運動に関連して高まる体力などを理解するとともに、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームを展開できるようになる。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】</p> <p>攻防などの自己の課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の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られるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】</p> <p>球技に積極的に取り組むとともに、フェアなプレイを守ろうすること、作戦などについての話し合いに参加しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを認めようとすること、仲間の学習を援助しようとすることなどや、健康・安全に気を配ることができるようになる。</p>	<p>(4月～7月)</p> <p>①個人技能の向上を主眼とし、身体的能力や個人技術を中心活動する。</p> <p>②個人戦術を理解する。</p> <p>③ルールを理解する。</p>	<p>【知識・技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>競技特性や技術の名称、作戦等が多くあることを知っている。</li> <li>ゲームの課題に応じて、練習やゲーム中の技能を分析したりする運動観察の方法を理解している。</li> <li>種目の基本的な技能を身に付けています。</li> <li>仲間と連携した動きでゲームを展開することができる。</li> </ul> <p>【思考・判断・表現】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>自己の課題を発見することや合理的な解決に向けた運動への取組ができる。</li> <li>グループ内で自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができている。</li> <li>グループが抱えている課題を発見し、その合理的な解決に向けた練習計画を立て、グループ全体で練習することができている。</li> </ul> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>体つくり運動や体力を高める運動に全力で取り組むことができている。</li> <li>フェアプレーを理解し、怪我の防止や安全に配慮しながら練習や試合ができる。</li> <li>作戦などの話し合いに参加することや、仲間の学習を援助しながら練習や試合を行うことができている。</li> </ul>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	24
2 学 期	1学期と同様	<p>(9月～12月)</p> <p>①個人技能の向上に伴い、集団技能の向上と発展を目指す。</p> <p>②チーム戦術の理解を目指す。</p> <p>③ルールを理解する。</p>	1学期と同様	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	30
3 学 期	1学期と同様	<p>(1月～3月)</p> <p>①個人技能の精度を高め、集団技能をより高いレベルへ発展させることを目指す。</p> <p>②ゲームにおける戦術理解を目指す。また、状況把握と状況に適した戦術修正ができる能力を育成する。</p> <p>③全員がルールを理解し、スマーズに試合を行えるようになる。</p>	1学期と同様	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	16

## 年間授業計画 新様式例

**飛鳥 高等学校 令和6年度（3年次用）教科 保健体育 科目 体育実技演習**

教 科： 保健体育 科 目： 体育実技演習

单位数： 2 单位

対象学年組：第 3 年次 1 組～ 6 組

使用教科書：（プリント

## 教科 保健体育 の目標 :

1

教科 保健体育

## の目標：

【知識及び技能】体力と技能のかかわりとそれらを適切に高める必要性や、技能の型に応じた高め方を理解し体育系の入試試験に対応できる技能の習得

**【思考力、判断力、表現力等】**運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、課題を発見し、より良い解決に向けて思考し、判断とともに、他社に伝えることができる

【学びに向かう力、人間性等】運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に主体的に取り組むことができるようとする

科目	体育実技演習	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】
体力と技能のかかわりとそれらを適切に高める必要性や、技能の型に応じた高め方を理解し体育系の入試試験に対応できる技能の習得	運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、課題を見出し、より良い解決に向けて思考し、判断するとともに、他社に伝えることができる	運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に主体的に取り組むことができるようになる

	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	<p>A 単元</p> <p>【知識及び技能】 体育系の大学、短大、専門学校などへの進学希望者を対象とし、入学試験に対応できる技能の習得を目指す。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、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、他者に伝えること。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に主体的に取り組む。</p>	<p>1. オリエンテーション (入試内容説明会・目標記録設定)</p> <p>2. 第1回記録会</p> <p>3. ウォームアップ各種 (公式鬼ごっこ、縄跳)</p> <p>4. コアトレーニング</p> <p>5. ウエイトトレーニング</p> <p>6. バランストレーニング</p> <p>7. ジャンプトレーニング</p> <p>8. パワートレーニング</p> <p>9. 第2回記録会</p> <p>10. 球技種目 (バレーボール、バドミントン他)</p> <p>11. 陸上競技 (走・跳) 水泳 (4泳法)</p>	<p>【知識・技能】 体力と技能のかかわりとそれらを適切に高める必要性や、技能の型に応じた高め方があること、運動やスポーツの安全で効果的な学習について理解できている。</p> <p>【思考・判断・表現】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方について、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、他者に伝えることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 運動やスポーツの効果的な学習の仕方についての学習に主体的に取り組む。</p>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	24
2 学 期	上記と同様	<p>12. 水泳(4泳法)</p> <p>13. 第3回記録会</p> <p>14. 短距離スタートダッシュ</p> <p>15. 50m走、ハーハードル</p> <p>16. 立幅跳び</p> <p>17. トレーニング各種</p> <p>18. 第4回記録会</p> <p>19. マット運動</p> <p>20. 球技種目 (バスケットボール、バレーボール)</p> <p>21. 入試に備えての個人練習</p>	上記と同様	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	28
3 学 期	上記と同様	<p>22. 第5回記録会</p> <p>23. 入試に備えての個人練習</p> <p>24. 入試に備えての最終調整</p> <p>25. まとめ</p>	上記と同様	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	18