

年間授業計画

高等学校 令和4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

対象学年組：第1学年A組～F組

教科担当：

使用教科書：新高等保健体育(大修館書店)

教科 保健体育の目標

- 【知識及び技能】 各種目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、公正に取り組む、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	評価基準	知	思	態	配当 時数
A 体づくり運動 (1)「知識及び技能」 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解できるようにする。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 体づくり運動、縄跳びに自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、話し合いに貢献しようとし、健康・安全を確保することができるようにする。	・縄跳び ・体ほぐしの運動 ・体力を高める運動	(1)「知識及び技能」 運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などについて理解している。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 体づくり運動、縄跳びに自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとし、話し合いに貢献しようとし、健康・安全を確保したりしている。	○	○	○	12
B 陸上競技 (1)「知識及び技能」 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解できるようにする。長距離走では自己に適したペースを維持して走ることができるようにする。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 動きなど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、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 長距離走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とし、自己の責任を果たそうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保することができるようにす	・時間走と距離走のタイム トライアル	(1)「知識及び技能」 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。長距離走では自己に適したペースを維持して走ることができる。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 動きなど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、自己の考えたことを他者に伝えている。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 長距離走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とし、自己の責任を果たそうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保したりしている。	○	○	○	12
C 水泳 (1)「知識及び技能」 技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解できるようにする。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ようにする。 (2)「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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 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とし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、水泳の事故防止に関する心得を遵守するなど健康・安全を確保することができるようにする。	・泳法指導 ・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ	(1)「知識及び技能」 技術の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、競技会の仕方などについて理解している。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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 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とし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、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。	○	○	○	10
D 球技【サッカー】 (1)「知識及び技能」 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の攻防をすることができるようにする。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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ることができるようにする。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 サッカー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し、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとし、健康・安全を確保することができるようにする。	・基礎練習 (パス・ドリブル・シュート) ・応用練習 (3対3・4対4) ・試合 ・ゲーム及びルールと審判法の理解	(1)「知識及び技能」 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の攻防をすることができる。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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ている。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 サッカー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し、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとし、健康・安全を確保したりしている。	○	○	○	12
E 球技【バレーボール】 (1)「知識及び技能」 技術の名称や行い方、体力の高め方運動観察の方法などについて理解できるようにする。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いた場所をめぐる攻防をすることができるようにする。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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ることができるようにする。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 バレーボール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し、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとし、健康・安全を確保することができるようにする。	・基本練習 (パス・レシーブ・サーブ) ・応用練習 (トス・スパイク) ・試合 ・ゲーム及びルールと審判法の理解	(1)「知識及び技能」 技術の名称や行い方、体力の高め方運動観察の方法などについて理解している。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いた場所をめぐる攻防をすることができる。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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ている。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 バレーボール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し、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとし、健康・安全を確保したりしている。	○	○	○	12
F 球技【ソフトボール】 (1)「知識及び技能」 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ようにする。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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ることができるようにする。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 ソフトボール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し、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとし、健康・安全を確保する	・基礎練習 (キャッチボール・トスバッティング) ・応用練習 (ピッチング・バッティング・走塁と守備の連携) ・試合 ・ゲーム及びルールと審判法の理解	(1)「知識及び技能」 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)「思考力・判断力・表現力等」 攻防などの自己やチームの課題を発見し、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ている。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 ソフトボール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し、作戦などについての話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとし、互いに助け合い高め合おうとし、健康・安全を確保したりしている。	○	○	○	12
G 武道【柔道】 (1)「知識及び技能」 伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などについて理解できるようにする。相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連続技を用いて相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすることができるようにする。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 攻防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ることができるようにする。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 柔道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとし、自己の責任を果たそうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保することができるようにする。	・基本練習と基本動作 ・受け身の基本 (前受身・後受身・横受身・前回り受身) ・投技・寝技・乱取り ・試合 ・ゲーム及びルールと審判法の理解	(1)「知識及び技能」 伝統的な考え方、技の名称や見取り稽古の仕方、体力の高め方などについて理解している。相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技、連続技を用いて相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防をすることができる。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 攻防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ている。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 柔道に自主的に取り組むとともに、相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとし、自己の責任を果たそうとし、一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとし、健康・安全を確保したりしている。	○	○	○	35
H ダンス (1)「知識及び技能」 ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方、運動観察の方法、体力の高め方などについて理解できるようにする。創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊ることができるようにする。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 表現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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 ダンスに自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとし、作品や発表などの話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとし、健康・安全を確保することができるようにする。	・リズムミカルな動きの基礎 ・グループ創作と発表	(1)「知識及び技能」 ダンスの名称や用語、踊りの特徴と表現の仕方、交流や発表の仕方、運動観察の方法、体力の高め方などについて理解している。創作ダンスでは、表したいテーマにふさわしいイメージを捉え、個や群で緩急強弱のある動きや空間の使い方で変化を付けて即興的に表現したり、イメージを強調した作品にまとめたりして踊ることができる。 (2)「思考力・判断力・表現力等」 表現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、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。 (3)「学びに向かう力、人間性等」 ダンスに自主的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうとし、作品や発表などの話し合いに貢献しようとし、一人一人の違いに応じた表現や役割を大切にしようとし、健康・安全を確保したりしている。	○	○	○	合計 105

