

年間授業計画 新様式例

八王子北高等学校 令和7年度

教科：保健体育科 科目：体育（男子）

対象学年組：第3学年 A組～E組

教科担当者：

使用教科書：（ステップアップ高校スポーツ（大修館））

教科 保健体育科 の目標：

【知識及び技能】 次の運動について、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、各種目特有の技能を身に付けることができるようになる。

【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なる。

【学びに向かう力、人間性等】 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、フェアなプレイを大切にしようすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、互いに助け合い教え合おうすることなどや、健康・安全を確保することができるようになる。

科目 体育（男子） 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】
次の運動について、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、各種目特有の技能を身に付けることができるようになる。	動き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なる。	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、フェアなプレイを大切にしようすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、互いに助け合い教え合おうすることなどや、健康・安全を確保する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
<p>単元「体つくり運動」</p> <p>【知識及び技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・次の運動を通して、体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意義、体の構造、運動の原則などを理解するとともに、健康の保持増進や体力の向上を目指し、目的に適した運動の計画を立て取り組むことができるようになる。 【思考力・判断力・表現力等】 <ul style="list-style-type: none"> ・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なる。 【学びに向かう力・人間性等】 <ul style="list-style-type: none"> ・体つくり運動に自動的に取り組むとともに、互いに助け合い教え合おうすること、一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようすること、話合いに貢献しようとすることなどや、健康・安全を確保することができるようになる。 	<p>・指導事項 体力テスト測定 体つくり運動 (ラジオ体操、縄跳び等) ストレッチ、ペア運動、補強運動 男女共習 ・教材「ステップアップ高校スポーツ」</p>	<p>【知識・技能】 定期的・計画的に運動を継続することは、心身の健康、健康や体力の保持増進につながる意義があることについて、言ったり書き出したりしている。 【思考・判断・表現】 ・運動を安全に行なうには、関節への負荷がかかりすぎないようにすることや軽い運動から始めるなど、徐々に筋肉を温めてから行なうことについて、言ったり書き出したりしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・体つくり運動の学習に自動的に取り組もうとしている。 ・自己や仲間の課題解決に向けた話合いに貢献しようと/or>いる。</p>	○	○	○	6
<p>単元「球技（バスケットボール）」</p> <p>【知識及び技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・次の運動について、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開拓することができるようになる。 【思考力・判断力・表現力等】 <ul style="list-style-type: none"> ・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なる。 【学びに向かう力・人間性等】 <ul style="list-style-type: none"> ・球技に自動的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようすること、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようすること、互いに助け合い教え合おうすることなどや、健康・安全を確保することができるようになる。 	<p>・指導事項 基本技術の確認 バス、ドリブル シュート オフェンス練習、ディフェンス練習 ゲーム（審判を含む） ・教材「ステップアップ高校スポーツ」</p>	<p>【知識・技能】 ・狙ったところにボールをコントロールすることができる。 ・狙った形の攻撃や守備をすることができる。 【思考・判断・表現】 ・ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について、自己の活動を振り返っている。 ・チームで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて、自己の活動を振り返っている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・球技の学習に自動的に取り組もうとしている。 ・互いに練習相手になつたり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。 ・健康・安全を確保している。</p>	○	○	○	8
<p>単元「水泳」</p> <p>【知識及び技能】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・背泳ぎとバタフライを中心にして、手と足の動き、ストリームラインを意識して、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なる。 【思考力・判断力・表現力等】 <ul style="list-style-type: none"> ・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ることができるようになる。 【学びに向かう力・人間性等】 <ul style="list-style-type: none"> ・水泳に自動的に取り組むとともに、自己の記録向上を目指し、ルールやマナーを大切にしようすること、自己の責任を果たすこと、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・安全を確保することができるようになる。 	<p>・指導事項 オリエンテーション クロール、平泳ぎの練習 背泳ぎ、バタフライの習得 泳力チェック後、泳力別指導 背泳ぎ、ストリームライン ブル、キック、コンビ練習 長距離泳 ・教材「ステップアップ高校スポーツ」</p>	<p>【知識・技能】 水泳の各項目で用いられる技術の名称があり、それぞれの技術には、効率的に泳ぐためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。 ・左右のバランスをとり、まっすぐに進むことができる。 ・ブルのかきわりに合わせて顔を水面上に出して呼吸を行なう。 【思考・判断・表現】 ・健康や安全を確保するために、体調や環境に応じた適切な練習方法等について振り返っている。 ・自分と仲間の泳ぎの違いについて話し合つたり、教えあつたりしている。 【主体的に学習に取り組む態度】 ・水泳の学習に自動的に取り組もうとしている。 ・水泳の事故防止の心得を遵守するなど健康・安全を確保している。</p>	○	○	○	3

