

高等学校 令和 6 年度 (3 学年用)

教科 : 保健体育

科目 : 体育

単位数 : 3 単位

対象学年組 : 第 3 学年

教科担当者 : (1~7組女子①、1~7組男子①、3.4 組男子② : 藤井) (1,2,5~7 組男子② : 岩田) (1~7組女子② : 新川)
(1~7組男子③ : 歳桃) (1~7組女子③ : 上西)

使用教科書 : 高等学校 保健体育TextbookActivity(第一学習社)

教科の目標 : 体育や保健の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- 【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付けるようにする。	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	配当時間
1 単元名 体づくり運動						
【知識及び技能】 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ことができる。	【使用教材】 個人端末、プリント、CDデッキ	【知識及び技能】 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しようとしている。				12
【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ことができる。とともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること	【指導項目・内容】 ラジオ体操	【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しようとしている。とともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えること	○	○	○	
【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動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することができる。健康・安全を確保することができる。		【学びに向かう力、人間性等】 体づくり運動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ている。健康・安全を確保しようとしている。				
1 単元名 ソフトボール						
【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。	【使用教材】 個人端末、プリント、バット、ボール、グローブ、ベース	【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しようとしている。				12
【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、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、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	【指導項目・内容】 キャッチボール、ノック、Tバッティング、試合	【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、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、自己やチームの考えたことを他者に伝えようとしている。	○	○	○	
【学びに向かう力、人間性等】 主体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、合意形成に貢献しようとする、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、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができる。		【学びに向かう力、人間性等】 主体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、合意形成に貢献しようとする、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、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保しようとしている。				
2 単元名 ダンス						
【知識及び技能】 リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、全体で変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ることができる。	【使用教材】 個人端末、プリント、CDデッキ、液晶テレビ	【知識及び技能】 リズムの特徴を強調して全身で自由に踊ったり、全体で変化とまとまりを付けて仲間と対応したりして踊ろうとしている。				12
【思考力、判断力、表現力等】 グループや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できる。	【指導項目・内容】 柔軟、体育祭のダンス	【思考力、判断力、表現力等】 グループや自己の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫しようとしている。	○	○	○	
【学びに向かう力、人間性等】 互いに共感し高め合おうとすること、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとするなどができるようになる。		【学びに向かう力、人間性等】 互いに共感し高め合おうとすること、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとしている。				

	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 間
2 学 期	2 単元名 ハンドボール						
	【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から攻防をすることができる。	【使用教材】 個人端末、プリント、ボール、コーン	【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から攻防をしようとしている。				
	【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、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、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	【指導項目・内容】 ドリブル、パス、シュート練習 7対7のゲーム	【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、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、自己やチームの考えたことを他者に伝えようとしている。	○	○	○	12
	【学びに向かう力、人間性等】 球技に主体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、合意形成に貢献しようとする、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、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができる。		【学びに向かう力、人間性等】 球技に主体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、合意形成に貢献しようとする、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、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保しようとしている。				
3 学 期	1 単元名 アルティメット						
	【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から攻防をすることができる。	【使用教材】 個人端末、プリント、コーン、フリスビー	【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から攻防をしようとしている。				
	【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、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、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。	【指導項目・内容】 的あて、キャッチビー	【思考力、判断力、表現力等】 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、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、自己やチームの考えたことを他者に伝えようとしている。	○	○	○	12
	【学びに向かう力、人間性等】 球技に主体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、合意形成に貢献しようとする、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、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保することができる。		【学びに向かう力、人間性等】 球技に主体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、合意形成に貢献しようとする、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、互いに助け合い高め合おうとすることなどや、健康・安全を確保しようとしている。				
3 学 期	2 単元名 テニス						
	【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、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができる。	【使用教材】 個人端末、プリント、ボール、ネット、ラケット	【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、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開しようとしている。				
	【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。	【指導項目・内容】 ラケットの持ち方、基本技能	【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ようとしている。	○	○	○	10
	【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、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、互いに助け合い教え合おうとすることができる。健康・安全を確保することができる。		【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、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、互いに助け合い教え合おうとしている。健康・安全を確保しようとしている。				