

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 単位数：2 単位

対象学年組：第1学年 1組～7組

使用教科書：（ ステップアップ高校スポーツ 大修館書店 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 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じて、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	評価規準	知	思	態	配当 時数
前期	A 球技（ハンドボール） 【知識及び技能】 技術の名称やルール、特徴を理解する。ゴールの両端に力強いシュートが打てるようになる。 【思考力、判断力、表現力等】 自分に合ったポジションを選ぶことができるようになる。ゲーム中における自己の課題と改善策を考えられるようになる。 【学びに向かう力、人間性等】 ゲームの中で積極的にプレーに関わろうとする。安全に留意しながらゴールを運ぶことができるようになる。	【指導事項】 ・ルール講習 ・シュート練習 ・パス練習 ・スキルテスト ・ゲーム 【教材】 ・映像資料(ルール、特徴、ポジション等) ・学習レポート	【知識・技能】 技術の名称やルールを覚え、特徴を理解している。ゴールの両端に力強いシュートを打つことができる。 【思考・判断・表現】 自分に合ったポジションを選ぶことができる。ゲーム中における自己の課題と改善策を考えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】 ゲームの中で積極的にプレーに関わろうとしている。安全に留意しながらゴールを運ぶことができる。	○	○	○	18
	B 水泳 【知識及び技能】 クロール・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、速く泳ぐことができるようになる。クロール・平泳ぎの技術の名称や効果的に泳ぐためのポイントを理解できるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 泳法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、自己の考えたことを他者に伝えることができるようにする。 【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、ルールやマナーを大切にすることができる。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。	【指導事項】 ・水慣れ ・泳法練習(クロール、平泳ぎ) ・タイム計測(クロール、平泳ぎ) 【教材】 ・学習カード	【知識・技能】 クロール・平泳ぎでは、手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、速く泳ぐことができる。クロール・平泳ぎの技術の名称や効果的に泳ぐためのポイントを理解できている。 【思考・判断・表現】 泳法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、自己の考えたことを学習カードにまとめることができる。 【主体的に学習に取り組む態度】 水泳に自主的に取り組むとともに、ルールやマナーを大切にすることができる。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。	○	○	○	16
後期	C 球技（バレーボール） 【知識及び技能】 試合の場面を想定して技術を取得する。個人技として、トス・パス・スパイク・サーブができるようになる。チームとして三段攻撃を意識できるようになる。 【思考力、判断力、表現力等】 自己の課題を理解し、周りの人と話し合って解決策を見出す。ゲーム中の役割を理解し、目標達成の方法を見つける。 【学びに向かう力、人間性等】 チームワークを意識できる。他者の役割を理解し、自らの動きをコントロールする。また、感情もコントロールしていく。	【指導事項】 ・トス、パス、スパイク、サーブの個人スキル三段攻撃を意識したコンビネーションスキル ・個人スキルテスト ・ゲーム ・振り返りシート 【教材】 ・映像資料（イメージトレーニング）	【知識・技能】 個人技術の修得（アンダー・オーバーカット&トス）（アンダーサーブ） 【思考・判断・表現】 ゲームにおけるチーム内でのポジションの役割（コンビネーション）を理解し実践できる。 【学びに向かう力、人間性】 課題発見能力・課題解決能力を習得し実践できる。協調性（チームワーク）を意識した運動ができる。	○	○	○	18
	D 球技（サッカー） 【知識及び技能】 技術の名称や行い方、運動観察の方法などを理解するとともに、ゲームを展開することができるようにする。ゴール型では、安定したシュートを打てるようになる。	【指導事項】 ・ボールフィーリング ・試合の再開方法 ・キックの種類 ・パス ・シュート	【知識・技能】 サッカーに用いられる技術には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例をあげている。 ゴールの枠内にシュートをコントロールする。				

にゴール操作によつ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なる。 【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、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、フェアなプレイ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や、健康・安全を確保することができるようにする。	・試合 【教材】 ・学習カード ・タスクゲーム ・ホワイトボード ・実際のサッカーの試合の映像（ICT機器） ・ステップアップスポーツ	ることが出来る。 味方が操作しやすいパスを送ることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な方法について、自己の考えを伝えることができる。 合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えることができる。 【学びに向かう力、人間性等】 学習に自主的に取り組んでいる。 互いに練習相手になったり仲間に助言したりして互いに助け合おうとしている。 健康・安全を確保している。 相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。	○	○	○	18 合計 70
--	---	---	---	---	---	---