

高等学校 令和5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：3 単位

対象学年組：第1学年 A組～H組

教科担当者：大久保由美子・藤村和夫・山田憲永・伊藤邦貴

使用教科書：現代高等保健体育（大修館）

教科 保健体育の目標：心身共に健全な人間を育成し、体育・スポーツの振興発展に寄与する資質や能力を育てる。

科目 体育の目標：運動についての理解と合理的な実践を通じて、高度な運動技能を修得できるようにする。

| 【知識・技能】                         | 【思考・判断、表現】   | 【主体的に取り組む態度】  |
|---------------------------------|--|---|
| 習得した技術が、実際に身に付いているかを実技テストで評価する。 | 技術向上に向けて、練習メニューや動き方を調べる。ルールを知ること、その競技の楽しさを知る。個人カードで学習する。 | 安全に授業を進めることが重要な教科であることを理解し、適切な服装・態度で授業に取り組む。参加することが大前提であり、休まず授業に出席する。 |

|         | 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<br>時数 |
|---------|---|---------------------------------------|---|---|---|---|----------|
|         |   |                                       |   |   |   |   |          |
| 1<br>学期 | バレーボール（男子）<br>【知識及び技能】<br>基本的な技術を身につける。<br>練習を活かして試合をする。<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>ルールを理解する。<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>仲間と協力してプレーする。  | ・パス<br>・レシーブ<br>・アタック<br>・サーブ<br>・ゲーム | 【知識・技能】<br>実技テストを行う。<br><br>【思考・判断・表現】<br>個人カードを記入する。<br><br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>運動に適した服装、態度で取り組む。 | ○ | ○ | ○ | 30       |
|         | アルティメット（女子）<br>【知識及び技能】<br>基本的な技術を身につける。<br>練習を活かして試合をする。<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>ルールを理解する。<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>仲間と協力してプレーする。 | ・パス<br>・ディフェンス<br>・ゲーム                | 【知識・技能】<br>実技テストを行う。<br><br>【思考・判断・表現】<br>個人カードを記入する。<br><br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>運動に適した服装、態度で取り組む。 | ○ | ○ | ○ |          |
|         | 体力テスト（男女共修）   | ・体力テスト各種目                             |   |   |   |   | 10       |
| 2<br>学期 | バレーボール（男子）<br>【知識及び技能】<br>基本的な技術を身につける。<br>練習を活かして試合をする。<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>ルールを理解する。<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>仲間と協力してプレーする。  | ・パス<br>・レシーブ<br>・アタック<br>・サーブ<br>・ゲーム | 【知識・技能】<br>実技テストを行う。<br><br>【思考・判断・表現】<br>個人カードを記入する。<br><br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>運動に適した服装、態度で取り組む。 | ○ | ○ | ○ | 45       |
|         | アルティメット（女子）<br>【知識及び技能】<br>基本的な技術を身につける。<br>練習を活かして試合をする。<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>ルールを理解する。<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>仲間と協力してプレーする。 | ・パス<br>・ディフェンス<br>・ゲーム                | 【知識・技能】<br>実技テストを行う。<br><br>【思考・判断・表現】<br>個人カードを記入する。<br><br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>運動に適した服装、態度で取り組む。 | ○ | ○ | ○ |          |
|         | ソフトボール（男子）<br>【知識及び技能】<br>基本的な技術を身につける。<br>練習を活かして試合をする。<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>ルールを理解する。<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>仲間と協力してプレーする。  | ・キャッチボール<br>・ノック<br>・バッティング<br>・ゲーム   | 【知識・技能】<br>実技テストを行う。<br><br>【思考・判断・表現】<br>個人カードを記入する。<br><br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>運動に適した服装、態度で取り組む。 | ○ | ○ | ○ |          |
|         | バドミントン（女子）<br>【知識及び技能】<br>基本的な技術を身につける。<br>練習を活かして試合をする。<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>ルールを理解する。<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>仲間と協力してプレーする。  | ・ショット<br>・サーブ<br>・ゲーム                 | 【知識・技能】<br>実技テストを行う。<br><br>【思考・判断・表現】<br>個人カードを記入する。<br><br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>運動に適した服装、態度で取り組む。 | ○ | ○ | ○ |          |
| 3<br>学期 | 持久走（男女共修）<br>【知識及び技能】<br>持久力を身につける。<br>【思考力、判断力、表現力等】<br>同じペースを意識して走る。<br>【学びに向かう力、人間性等】<br>記録の管理を行う。                       | ・13～15分間走を行う<br>・記録をつける               | 【知識・技能】<br>実技テストを行う。<br>【思考・判断・表現】<br>個人カードに記録を記入する。<br>【主体的に学習に取り組む態度】<br>運動に適した服装、態度で取り組む。      | ○ | ○ | ○ | 20       |
|         | 合計  |                                       |   |   |   |   |          |