

年間授業計画 新様式例

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：3 単位

対象学年組：第1学年 1組～7組

教科担当者：（1～7組：奥村・笹川・渋谷・廣江・晝間）

使用教科書：（現代保健体育 大修館）

教科 保健体育 の目標：

【知識及び技能】 運動の合理的、計画的な実践に関する具体的な事項や生涯にわたって運動を豊かに継続するための理論について理解しているとともに、目的に応じた技能を身に付ける。また、個人及び社会生活における健康・安全について総合的に理解しているとともに、技能を身に付ける。

【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、計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫しているとともに、それらを他者に伝える。また、個人及び社会生活における健康に関する課題を発見し、その解決を目指す総合的に思考し判断しているとともに、それらを他者に伝える。

【学びに向かう力、人間性等】 運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、運動の合理的、計画的な実践に主体的に取り組もうとする。また、健康を大切に、自他の健康の保持増進や回復及び健康な社会づくりに関する学習に主体的に取り組もうとする。

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】
勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。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できるようにする。	自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。	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。自己の責任を果たそうとすること、作戦などの話し合いに貢献しようとするなどや、健康・安全を確保することができるようにする。

単元の具体的な指導目標	指導項目・内容	評価規準	知	思	態	記 時 数
<p>・体育理論</p> <p>【知識及び技能】 ⇒身体を動かす楽しさや心地よさを味わい、運動を継続する意欲、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する。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒仲間と協力して課題を達成するなど、集団で挑戦するような運動を行うことを通じて、気付いたり関わり合ったりすること。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 ⇒一人一人の違いに応じた動きなどを大切にしようとする。</p>	<p>・指導事項 ⇒リズムに乗って心が弾むような運動を行うことを通じて、気付いたり関わり合ったりすること。</p> <p>⇒のびのびとした動作で用具などを用いた運動を行うことを通じて、気付いたり関わり合ったりすること。</p> <p>⇒緊張したり緊張を解いて脱力したりする運動を行うことを通じて、気付いたり関わり合ったりすること。</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	9
<p>・陸上競技（短距離走）</p> <p>【知識及び技能】 ⇒自己の最大スピードを高めたドリ、腕振りや脚の動きを調整させた全身の動きで速く走ることができるようにする。</p> <p>⇒技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒スタート（クラウチングスタートなど） ⇒中間疾走（ピッチとストライドなど） ⇒フィニッシュ（姿勢、トルソーなど） ⇒ゲーム ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	30
<p>・球技：バスケットボール</p> <p>【知識及び技能】 ⇒基本技術やチームの特徴を生かし、チーム戦術や相手の状況に応じた攻防を展開できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒パス、シュート ⇒個人戦術 ⇒チーム戦術 ⇒ゲーム ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	
<p>・球技</p> <p>【知識及び技能】 ⇒ラリーを続けることを重視して、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開する。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒ラリー（フォア・バック） ⇒サービス ⇒ゲーム（シングル） ⇒ゲーム（ダブルス） ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	
<p>・球技：ソフトボール</p> <p>【知識及び技能】 ⇒難しい投球に対する安定した打撃による出塁・進塁・得点する攻撃と対応した守備のバランスの取れた攻防を展開できるようにする。</p> <p>⇒技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒キャッチボール（捕る・投げる） ⇒ベース・ランニング（打つ） ⇒ショートストップ（捕る・投げる） ⇒ゲーム ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	
<p>・体育理論</p> <p>【知識及び技能】 ⇒スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、学習した知識を活用したり応用できるようにする。</p> <p>【学びに向かう力、人間性等】 ⇒スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴について、課題を解決するための活動を通して、学習に自主的に取り組もうとする。</p>	<p>・指導事項 ⇒スポーツの歴史、文化的特性や現代のスポーツの特徴 ⇒スポーツの歴史とその変化 ⇒スポーツの技術、戦術、ルールの変容 ⇒オリンピックムーブメントとドーピング ⇒スポーツの経済的効果とスポーツ産業</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	6
<p>・バレー</p> <p>【知識及び技能】 ⇒役割に応じたボール操作と連携した動き、定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開する。</p> <p>⇒技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒パス（オーバー、アンダー） ⇒サービス ⇒スパイク ⇒ゲーム ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	36
<p>・柔道</p> <p>【知識及び技能】 ⇒伝統的な考え方や、技の名称や体力の高め方などについて理解している。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒受け身 ⇒立ち技 ⇒寝技 ⇒組手</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	
<p>・球技</p> <p>【知識及び技能】 ⇒ラリーを続けることを重視して、ボールや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開する。</p> <p>⇒技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒ラリー（フォア・バック） ⇒サービス ⇒ゲーム（シングル） ⇒ゲーム（ダブルス） ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	
<p>・球技：サッカー</p> <p>【知識及び技能】 ⇒基本技術やチームの特徴を生かし、チーム戦術や相手の状況に応じた攻防を展開できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒パス、シュート ⇒個人戦術 ⇒チーム戦術 ⇒ゲーム ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	
<p>・長距離</p> <p>【知識及び技能】 ⇒目標タイムを達成するペース配分を自己の技術・体力の程度に合わせて設定し、そのペースに応じたペースを維持して一定距離を走り通し、タイムを短縮したり、競争したりできるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒時間走 ⇒タイムトライアル ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	24
<p>・球技：ハンドボール</p> <p>【知識及び技能】 ⇒安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによってゴール前の侵入などから攻防を展開することができるようにする。</p> <p>⇒技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒ドリブル ⇒パス（オーバーハンド、ブッシュパス、ラテラルパスなど） ⇒シュート（ドリブルシュート・ジャンプシュートなど） ⇒ゲーム（ポストプレイ、スカイプレイなど） ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	
<p>・バドミントン</p> <p>【知識及び技能】 ⇒ラリーを続けることを重視して、シャトルや用具の操作と定位置に戻るなどの動きによって空いた場所をめぐる攻防を展開する。</p> <p>⇒技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解できるようにする。</p> <p>【思考力、判断力、表現力等】 ⇒自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。</p> <p>【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。健康・安全を確保することができるようにする。</p>	<p>・指導事項 ⇒ラリー（フォア・バック） ⇒スマッシュ、ヘアピン、ドライブ、ハイクリアなど ⇒サービス ⇒ゲーム（シングル） ⇒ゲーム（ダブルス） ⇒ポジションなど ・一人1台端末の活用 等 ⇒グループで撮影して自己評価相互評価</p>	<p>【知識・技能】 ・自ら、新たな知識・技能等を身に付け、定着させていくことができる。</p> <p>【思考・判断・表現】 ・行動や学んだことを自分で振り返り、自己評価を具体的に述べることができる。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】 ・集団全体の中での規則の意味や効果を理解し、自らそれに則った生活・行動できる</p>	○	○	○	
						合計
						105