

年間授業計画

高等学校 令和6年度（1 学年） 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 A 組

教科担当者：A組：笹嶋

使用教科書： 「高等学校 保健体育 Textbook」（第一学習社）

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、技能を見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、明るく豊かで活力の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、それらの技能を見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、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人ひとり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
1 学 期	単元 ディスクゴルフ 【知識及び技能】 ルールを理解し、ディスクをコントロールする。 【思考力、判断力、表現力等】 距離感をつかみ、目標物に対して次にどうするかを判断する。 【学びに向かう力、人間性等】 スコアをよくするため課題を考え、またディスクの扱いを工夫する。	・指導事項 ディスクゴルフ ・用具 ディスク	【知識及び技能】 ルールを理解し、ディスクをコントロールすることができるている。 【思考力、判断力、表現力等】 距離感をつかみ、目標物に対して次にどうするかを判断することができるている。 【学びに向かう力、人間性等】 スコアをよくするため課題を考え、またディスクの扱いを工夫することができるている。	○	○	○	8
	単元 バードゴルフ 【知識及び技能】 ルールを理解し、クラブでボールをとらえる。 【思考力、判断力、表現力等】 ボールを確実に捉え、コースを効率よく周る。 【学びに向かう力、人間性等】 競技をしながら、互いに協力し合ってゲームを進める。	・指導事項 バードゴルフ ・用具 クラブ、シャトルボール	【知識及び技能】 ルールを理解し、クラブでボールをとらえることができるている。 【思考力、判断力、表現力等】 ボールを確実に捉え、コースを効率よく周ることができるている。 【学びに向かう力、人間性等】 競技をしながら、互いに協力し合ってゲームを進めることができるている。	○	○	○	8
	単元 新体力テスト 【知識及び技能】 昨年度の自己の記録をもとに目標を立て、体力の向上を目指す。 【思考力、判断力、表現力等】 種目において動きの中でポイントをおさえて記録向上を目指す。 【学びに向かう力、人間性等】 測定をスムーズに実施できるように協力し合う姿勢と結果を今後活かせるようにする。	・指導事項 新体力テスト ・用具 ストップウォッチ、メジャー、ハンドボール	【知識及び技能】 昨年度の自己の記録をもとに目標を立て、体力の向上を目指すことができるている。 【思考力、判断力、表現力等】 種目において動きの中でポイントをおさえて記録向上を目指すことができるている。 【学びに向かう力、人間性等】 測定をスムーズに実施できるように協力し合う姿勢と結果を今後活かせることができるている。	○	○	○	8
	単元 Tボール 【知識及び技能】 ルールを理解し、投げる・打つ・捕るなどの動作をおこなう。 【思考力、判断力、表現力等】 ゲームの中で、場面に応じた攻撃や守備ができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 ゲームの中で、互いに協力し合って守りや攻撃が効率よくできるように協力する。	・指導事項 Tボール ・教材 バット、グローブ、ベース、Tスタンド	【知識及び技能】 ルールを理解し、投げる・打つ・捕るなどの動作をおこなうことができるている。 【思考力、判断力、表現力等】 ゲームの中で、場面に応じた攻撃や守備ができている。 【学びに向かう力、人間性等】 ゲームの中で、互いに協力し合って守りや攻撃が効率よくできるように協力することができるている。	○	○	○	10

2 学 期	単元 テニス 【知識及び技能】 ルールや基本的技能を理解して、ゲームに活かせることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ゲームの中で、効率よく攻撃や守備ができるように展開する。 【学びに向かう力、人間性等】 ゲーム結果から次のゲームに課題を見つけることと、互いに協力してゲームを進められる。	・指導事項 テニス ・用具 ラケット、ボール	【知識及び技能】 ルールや基本的技能を理解して、ゲームに活かせることができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ゲームの中で、効率よく攻撃や守備ができるように展開できている。 【学びに向かう力、人間性等】 ゲーム結果から次のゲームに課題を見つけることと、互いに協力してゲームを進められている。	○	○	○	10
	単元 バレーボール 【知識及び技能】 ルールと基本的技能を理解してゲームができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ゲームの中で、場面に応じて対応ができる技能と判断ができる。 【学びに向かう力、人間性等】 準備や片付け、ゲームにおいて互いに協力、連携ができる。	・指導事項 バレーボール ・用具 ストップウォッチ、メジャー、ハンドボール	【知識及び技能】 ルールと基本的技能を理解してゲームができています。 【思考力、判断力、表現力等】 ゲームの中で、場面に応じて対応ができる技能と判断ができています。 【学びに向かう力、人間性等】 準備や片付け、ゲームにおいて互いに協力、連携ができています。	○	○	○	10
	単元 バドミントン 【知識及び技能】 ルールと基本的技能を理解して、ゲームができる。 【思考力、判断力、表現力等】 場面によって判断してゲームが展開できるように判断や対応ができる。 【学びに向かう力、人間性等】 互いに協力して、準備・片付け・ゲームができる態度が来ている。	・指導事項 バドミントン ・用具 ストップウォッチ、メジャー、ハンドボール	【知識及び技能】 ルールと基本的技能を理解して、ゲームができています。 【思考力、判断力、表現力等】 場面によって判断してゲームが展開できるように判断や対応ができています。 【学びに向かう力、人間性等】 互いに協力して、準備・片付け・ゲームができる態度が来ている。	○	○	○	8
3 学 期	単元 持久走 【知識及び技能】 決められた距離に対して、自己の体力に合わせて適切なペースで完走できる。 【思考力、判断力、表現力等】 自分の体力や調子を判断して走るペースを調節できる。 【学びに向かう力、人間性等】 走った結果を自分で分析してペース配分や走り方について次回に活かせることができる。	・指導事項 持久走 ・教材 デジタイマー、記録用紙	【知識及び技能】 決められた距離に対して、自己の体力に合わせて適切なペースで完走できている。 【思考力、判断力、表現力等】 自分の体力や調子を判断して走るペースを調節できている。 【学びに向かう力、人間性等】 走った結果を自分で分析してペース配分や走り方について次回に活かせることができる。				10
	単元 卓球 【知識及び技能】 ルールや基本的技能を理解して、ゲームができる。 【思考力、判断力、表現力等】 ゲームの中で、場面において適切に判断して攻撃や守りができる、互いに協力・連携できる。 【学びに向かう力、人間性等】 互いに協力し合って、ゲームを進めたり準備片付けができる。	・指導事項 卓球 ・教材 卓球台、ボール、ネット、ラケット	【知識及び技能】 ルールや基本的技能を理解して、ゲームができています。 【思考力、判断力、表現力等】 ゲームの中で、場面において適切に判断して攻撃や守りができる、互いに協力・連携できている。 【学びに向かう力、人間性等】 互いに協力し合って、ゲームを進めたり準備片付けができています。				6
							合計
							78