

年間授業計画

上水 高等学校 令和8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～ F 組  
 使用教科書： （ ステップアップ高校スポーツ ）

- 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出来るようにするため、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つけるようにする
  - 【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
  - 【学びに向かう力、人間性等】 運動における競争や共働の経験を通して、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。

科目 体育	【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出来るようにするため、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つけるようにする	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共働の経験を通して、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
	オリエンテーション	体育の授業のオリエンテーション 授業を行うにあたってのプリント					1
一 学 期	<b>（知識・技能）</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。 <b>（思考力・判断力・表現力）</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。 <b>（主体的に学習に取り組む態度）</b> 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする、自己の責任を果たそうとする。	柔道(男子) 武道における礼儀の習得 受け身による怪我の防止	<b>（知識・技能）</b> 相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手を崩して投げることができる。 <b>（思考力・判断力・表現力）</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。 <b>（主体的に学習に取り組む態度）</b> 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。	○	○	○	7
	<b>（知識・技能）</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。 <b>（思考力・判断力・表現力）</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。 <b>（主体的に学習に取り組む態度）</b> フェアなプレイを大切にし、互いに教え合えるようにする。	バドミントン(女子) 用具の理解・基本的な打ち方の習得 ICT機器により動作撮影	<b>（知識・技能）</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。 <b>（思考力・判断力・表現力）</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。 <b>（主体的に学習に取り組む態度）</b> 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。	○	○	○	7
	<b>（知識・技能）</b> 記録の向上や競争の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。 <b>（思考力・判断力・表現力）</b> 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、自己の考え方を他者に伝えられるようにする。 <b>（主体的に学習に取り組む態度）</b> ルールやマナーを大切にし、自己の責任を果たそうとする。健康あ・安全を確保できるようにする。	クロール、平泳ぎ 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち安定したペースで長く泳いだり、速く泳いだりできるようにする	<b>（知識・技能）</b> 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりできる。 <b>（思考力・判断力・表現力）</b> 泳法について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。 <b>（主体的に学習に取り組む態度）</b> 勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとしている。	○	○	○	7

二 学 期	<p><b>(知識・技能)</b> 相手の動きの変化に応じた基本動作、技ができるようにする。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとする。自己の責任を果たそうとする。</p>	<p>柔道(男子) 相手の動きに応じた投げ技の習得</p>	<p><b>(知識・技能)</b> 相手の動きの変化に応じた基本動作や基本となる技を用いて、相手を崩して投げることができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 相手を尊重し、伝統的な行動の仕方を大切にしようとしている。</p>				
	<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切に、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>バレーボール(女子) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>	○	○	○	6
	<p><b>(知識・技能)</b> 体をマットに順々に接触させて回転するための動き方、回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回ること。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えること。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする。</p>	<p>マット運動(男子) 基本となる固め技の習得</p>	<p><b>(知識・技能)</b> 体をマットに順々に接触させて回転するための動き方、回転力を高めるための動き方で、基本的な技の一連の動きを滑らかに安定させて回ることができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> ・自己や仲間の技術的な課題やその課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとしている。</p>	○	○	○	6
	<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切に、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>バレーボール(女子) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>				
	<p><b>(知識)</b> スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解できる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見し、よりよい発見について思考判断するとともに、他者に伝えること。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について学習に自主的に取り組めるようにする。</p>	<p>体育理論 スポーツの経済的効果と高潔さ スポーツが環境や社会にもたらす影響</p>	<p><b>(知識)</b> スポーツ産業が経済の中で大きな影響を及ぼしており、波及効果が高まるにつれスポーツの高潔さが求められることを理解している。スポーツが環境や社会にもたらす影響を考慮し、多様性への理解や持続可能な社会の実現に寄与する責任ある行動が求められることを理解する。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 自己の提案を言葉や文章などを通して他者に伝えることができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	3



	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
一 学 期	<p><b>(知識・技能)</b> 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、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><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 動きなど自己の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とともに、自己の考えたことを他者に伝える。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 陸上競技に自主的に取り組むとともにルールやマナーを大切にしようとする。一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする。</p>	<p>短距離走(男子) 合理的なフォームを身につける ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> 後半でスピードが著しく低下しないように、力みのないリズムカルな動きで走れている。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	5
	<p><b>(知識・技能)</b> 感じをこめて踊ったり、みんなで自由に踊ったりする楽しさや喜びを味わ</p>	<p>ダンス(女子) 体づくり・基本的なステップの習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> テーマにふさわしい個や群の構成で、一番表現したい主要場面を創れるようにする。</p>				
	<p><b>(知識)</b> スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について理解できる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について課題を発見し、よりよい発見について思考判断するとともに、他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(学びに向かう力・人間力)</b> スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について学習に自主的に取り組めるようにする。</p>	<p>体育理論 スポーツの歴史的発展と多様な変化 現代のスポーツの意義や価値</p>	<p><b>(知識)</b> スポーツが人類の歴史とともに始まり、その理念が時代に応じて多様に変容してきていることが理解できている。オリンピックやパラリンピック等の国際大会を通して、国際親善や世界平和に大きな役割を果たし、共生社会の実現にも寄与していることが理解できている。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> スポーツの歴史的発展と多様な変化や現代のスポーツの意義や価値について、事実や理念を整理したり、自己のスポーツへのかかわりを見出したりして、自己や社会にスポーツがもたらす影響について課題を発見することができる。</p> <p><b>(学びに向かう力・人間力)</b> スポーツの文化的特性や現代のスポーツの発展について学習に自主的に取り組もうとしている。</p>	○	○	○	3
	<p><b>(知識・技能)</b> 記録の向上や競争の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。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 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、自己の考え方を他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> ルールやマナーを大切に、自己の責任を果たそうとする。健康あ・安全を確保できるようにする。</p>	<p>クロール、平泳ぎ 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりできるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b> 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりできる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 泳法について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。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする。</p>	○	○	○	6
	<p><b>(知識・技能)</b> 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法を理解するとともに作戦に応じた技能でゲームを展開できるようにする。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 攻防の等の自己の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し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 作戦などについて話し合い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できるようにする。フェアなプレイを大切に、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>ソフトボール(男子) 試合を通して、状況に応じたバット操作、安定したボール操作ができるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることが出来る。相手コートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 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練習方法の選択について自己の考えを伝えることができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。一人一人の違いに応じた課題や挑戦および修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	7

<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切にし、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>テニス(女子) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>				
<p><b>(知識・技能)</b> 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法を理解するとともに作戦に応じた技能でゲームを展開できるようにする。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 攻防の等の自己の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し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 作戦などについて話し合いに貢献しようとすることや一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできるようにする。フェアなプレイを大切にし、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>ソフトボール(男子) 試合を通して、状況に応じたバット操作、安定したボール操作ができるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。相手コートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 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練習方法の選択について自己の考えを伝えることができる。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。一人一人の違いに応じた課題や挑戦および修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	8
<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切にし、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>テニス(女子) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>				
<p><b>(知識・技能)</b> 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方、運動観察の方法を理解できるようにする。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 動きなど自己の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とともに、自己の考えたことを他者に伝える。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 陸上競技に自主的に取り組むとともにルールやマナーを大切にしようとする。一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする。</p>	<p>持久走 20分間走、タイム計測 自己に適したペースを維持して走れるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b> 自己に適したペースを維持して走ることができる。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 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を仲間に伝えることができる。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について自己の活動を振り返ろうとしている。</p>				

三 学 期	<p><b>(知識・技能)</b> 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法を理解するとともに作戦に応じた技能でゲームを展開できるようにする。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 攻防の等の自己の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し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 作戦などについて話し合いに貢献しようとすることや一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできるようにする。フェアなプレイを大切に、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>ソフトボール(教習) 試合を通して、状況に応じたバット操作、安定したボール操作ができるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。相手コートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 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練習方法の選択について自己の考えを伝えることができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。一人一人の違いに応じた課題や挑戦および修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	6
	<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切に、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>テニス(教習) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>				
	<p><b>(知識・技能)</b> 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法を理解するとともに作戦に応じた技能でゲームを展開できるようにする。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 攻防の等の自己の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し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 作戦などについて話し合いに貢献しようとすることや一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にできるようにする。フェアなプレイを大切に、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>ソフトボール(教習) 試合を通して、状況に応じたバット操作、安定したボール操作ができるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。相手コートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 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練習方法の選択について自己の考えを伝えることができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。一人一人の違いに応じた課題や挑戦および修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	4
	<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切に、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>テニス(教習) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>				
							合計
							39

	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
一 学 期	<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切にし、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>バレーボール(男子) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることが出来る。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>				
	<p><b>(知識・技能)</b> 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方、運動観察の方法を理解できるようにする。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 動きなど自己の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とともに、自己の考えたことを他者に伝える。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 陸上競技に自主的に取り組むとともにルールやマナーを大切にしようとする。一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする。</p>	<p>体づくり、短距離(女子) 合理的な体の使い方、フォームを身につける</p>	<p><b>(知識・技能)</b> 後半でスピードが著しく低下しないように、力みのないリズムカルな動きで走れている。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	7
	<p><b>(知識・技能)</b> 記録の向上や競争の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。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 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、自己の考え方を他者に伝えられるようにする。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> ルールやマナーを大切にし、自己の責任を果たそうとする。健康あ・安全を確保できるようにする。</p>	<p>クロール、平泳ぎ 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで泳いだり速く泳げるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b> 手と足の動き、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり速く泳いだりできる。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 泳法について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。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする。</p>	○	○	○	7
二 学 期	<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切にし、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>バスケットボール(男子) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることが出来る。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶこと。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>	○	○	○	8
	<p><b>(知識・技能)</b> 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法を理解するとともに作戦に応じた技能でゲームを展開できるようにする。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 攻防の等の自己の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し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 作戦などについて話し合い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できるようにする。フェアなプレイを大切にし、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>ソフトボール(女子) 試合を通して、状況に応じたバット操作、安定したボール操作ができるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることが出来る。相手コートや空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 <b>(思考力・判断力・表現力)</b> 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練習方法の選択について自己の考えを伝えることができる。 <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。一人一人の違いに応じた課題や挑戦および修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	7
	<p><b>(知識・技能)</b> 記録の向上や競争の楽しさや喜びを味わい、体力の高め方、運動観察の方法</p>		<p><b>(知識・技能)</b> 自己に適切なペースを維持して走る事ができ</p>				

三 学 期	<p>を理解できるようにする。  <b>(思考力・判断力・表現力)</b>          動きなど自己の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とともに、自己の考えたことを他者に伝える。  <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b>          陸上競技に自主的に取り組むとともにルールやマナーを大切にしようとする。一人一人の違いに応じた課題や挑戦を大切にしようとする。</p>	<p>20分間走、タイム計測          自己に適したペースで走れるようにする</p>	<p>自己に適したペースで走れるようにする。  <b>(思考力・判断力・表現力)</b>          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を仲間に伝えることができる。  <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b>          ルールを守り競争したり勝敗を受け入れたりする場面で、よりよいマナーや行為について自己の活動を振り返ろうとしている。</p>	○	○	○	5
	<p><b>(知識・技能)</b>          勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、運動観察の方法を理解するとともに作戦に応じた技能でゲームを展開できるようにする。  <b>(思考力・判断力・表現力)</b>          攻防の等の自己の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し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。  <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b>          作戦などについて話し合い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できるようにする。フェアなプレイを大切に、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>バスケットボール(教習)          試合を通して、空間を埋めるなどの動きができるようにする</p>	<p><b>(知識・技能)</b>          ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。パスを出した後に次のパスを受ける動きができる。  <b>(思考力・判断力・表現力)</b>          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練習方法の選択について自己の考えを伝えることができる。  <b>(主体的に学習に取り組む態度)</b>          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。一人一人の違いに応じた課題や挑戦および修正などを大切にしようとしている。</p>	○	○	○	5

<p><b>(知識・技能)</b> 体力の高め方などを理解し、基本動作や基本となる技の習得する。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫し、自己の考えを他者に伝えられるようにする。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> フェアなプレイを大切にし、互いに教え合えるようにする。</p>	<p>バレーボール(教習) 用具の使用法の理解 基本的な技術の習得 ICT機器により動作撮影</p>	<p><b>(知識・技能)</b> ゲームに必要な技術と関連させた補助運動や部分練習を繰り返したり、継続して行うことで体力を高めることができる。</p> <p><b>(思考力・判断力・表現力)</b> 選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選ぶことができる。</p> <p><b>(主体的に学習に取り組む態度)</b> 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。</p>				
						<p>合計</p> <p>39</p>